آیورویدکے مشہور مستند گرنتھوں کا نچوڑ

آسان زبان میں

آیورویدک فارماکوپیا

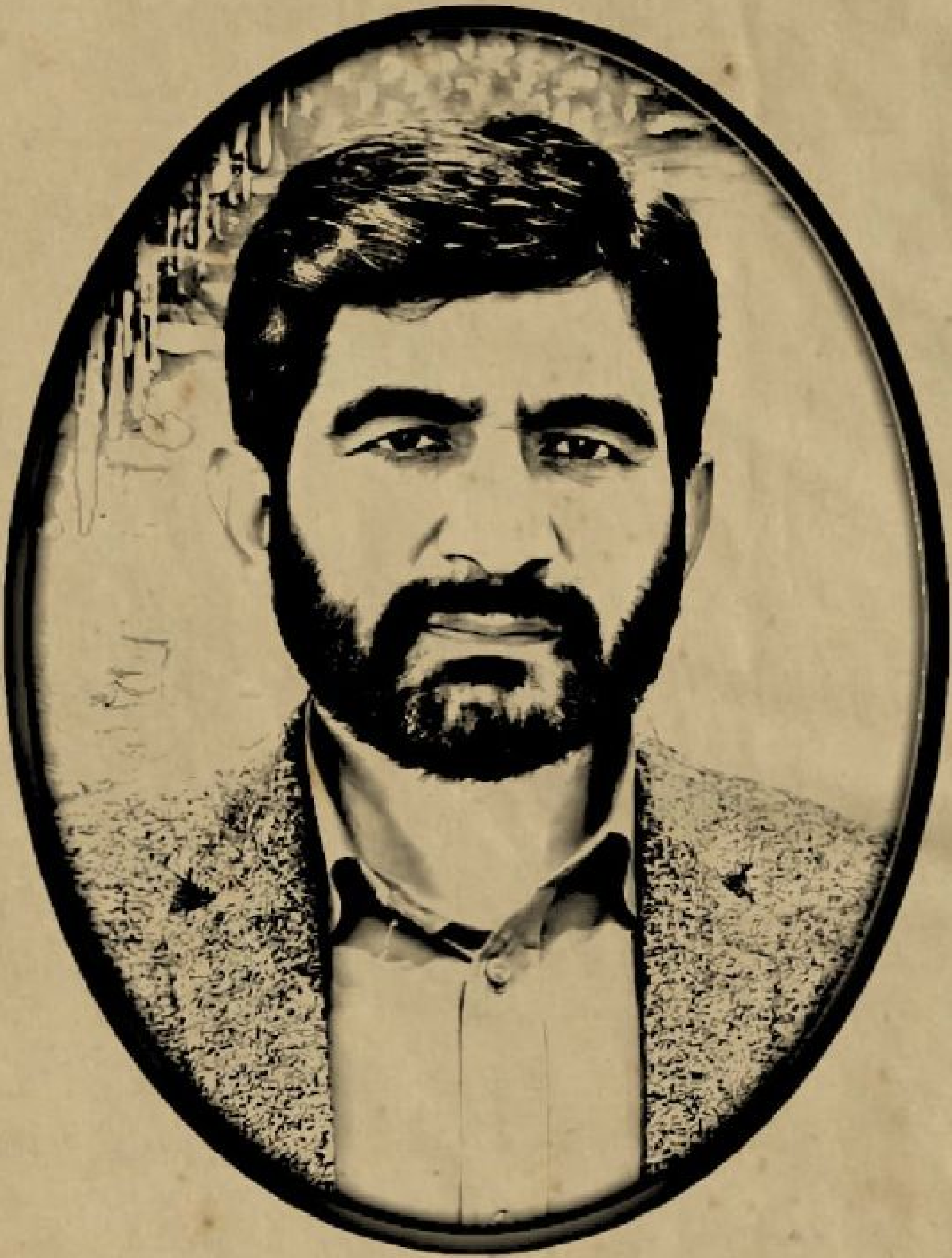
مؤلّف

ویدراج پروفیسر وید پرکاش بی۔اے، آیورویدسٹ
پریذیڈنٹ پنجاب آیورویدک فارمسٹس ایسوسی ایشن
پروفیسر پنج ند آیورویدک کالج — ایڈیٹر ماہنامہ آیوروید سماچار امرتسر

شائع کردہ

اشوک آیورویدک فارمیسی ۲۴۔اکالی مارکیٹ امرتسر

ایم ارشد شاہین لاہور



PDF
تیار کردہ
حکیم ایم ارشد شاہین لاہور

بار اوّل ۱۹۶۱ء تعداد ایک

بار دوم ۱۹۶۲ء تعداد ایک

کتابت :- لبھو رام ۲۷۹ حسین پورہ امرت

طباعت :- راما آرٹ پریس امرتسر

سرورق حسن کار :- بی - ایس نائی آرٹسٹ - ہال

قیمت :- پانچ روپے

ڈیڈیکیشن

اُن معالجوں کے نام جو

دیسی طِبّ میں یقین رکھتے ہیں اور

خدمتِ فنّ کے ساتھ عوامی صحت و تندُرستی

کو

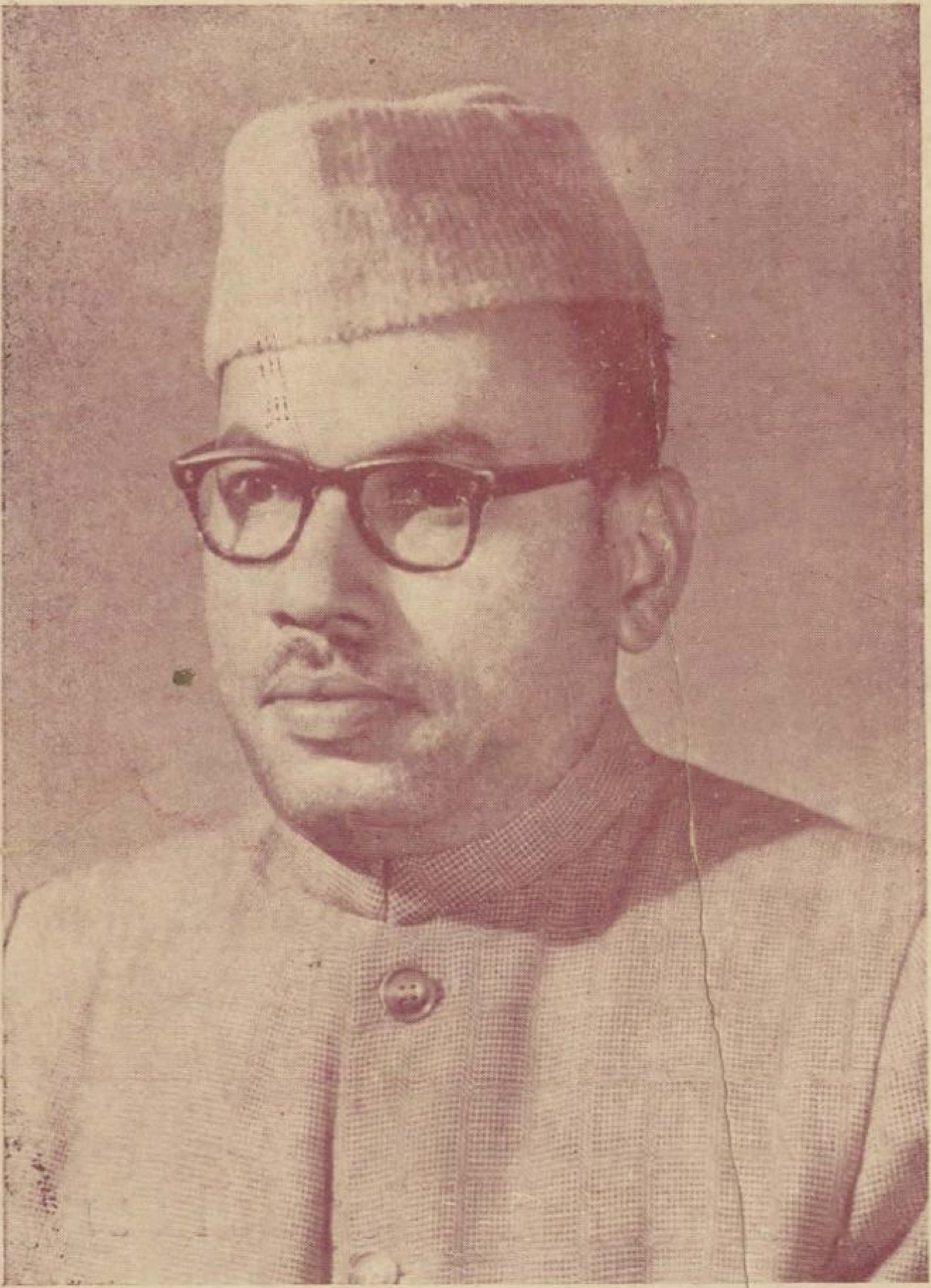
مقدم خیال کرتے ہیں

تعارف

کویراج وید پرکاش بی۔اے میرے عزیز ہیں۔ اگر میں اُنکی ذاتِ باصفات کے متعلق کچھ عرض کروں تو یقیناً اسے مدحت طرازی پر محمول کیا جائیگا مگر چونکہ سچائی کا اپنا وجود ہے اس لیئے ہم آفتابِ عالمتاب کو مہرِ درخشاں ہی کہیں گے۔ اگر ہم ہر حقیقت کو بجنسہٖ بیان کردیں تو یہ عین حقیقت نمائی تصور ہوگی اور یہ بھی ایک واضح اصلیت ہے کہ وید پرکاش جی کا شمار اُن کامیاب ترین ماہرینِ فن میں سے ہے جو اعلیٰ تعلیم کے حصول کے بعد "آیوروید" کی ترویج و خدمت کی طرف مائل ہوئے۔ مخفی نہ رہے کہ تمام علوم و فنون میں طبابت کا فن ایک ایسا مقدس و افضل ہنر ہے جسے دیگر علوم پر برتری و فوقیت حاصل ہے طبیب یا وید مایوس العلاج مریض کو صحت و تندرستی سے ہمکنار کراتا اور اُسے زندہ رہنے کی تلقین کرتا ہے۔ زندگی و صحت دونوں بیش بہا نعمتیں ہیں اوّل الذکر ایشور کی قدرت و اختیار میں ہے اور مؤخرالذکر وید کے ہاتھوں میں ہوتی ہے۔ یہاں وید سے مراد عطائی نہیں بلکہ تجربہ کار و تربیت یافتہ وید سے ہے جو صحیح معنوں میں وید کہلانے کا مستحق ہو۔

وید پرکاش جی قدیم گرنتھوں کے ساتھ ساتھ جدید طبی نظریات سے بھی کماحقہٗ آشنا ہیں۔ موصوف کی دُوررس نگاہوں میں عقابی بصیرت ہے جو آسمانِ طب کی فضائے بسیط پر مرکوز ہے۔ تالیف ہٰذا ان کی بلند پروازی اور قوتِ فکر و عمل کی عمدہ مثال ہے۔ میں یہاں اُنکی ذہانت اور ہمت و جرأت کی داد دیئے بغیر نہیں رہ سکتا۔ میری تمنا ہے کہ وید جی جذبِ دل کے ساتھ آیوروید کا پرچار کریں تاکہ غریب ہندوستانی عوام کو آیورویدک طریقۂ علاج میں لغادیت اور مقدس ویدوں کا جاہ و جلال نظر آجائے۔

خادمِ آیوروید:۔ **شری دھرمایا دھامی**



کویراج وید پرکاش بی اے۔ آیوروید لیسٹ

Ayurvedacharya

Pt. Shridhar Mayadhari Ji

SHASTRI

Principal :

PANCHANAD AYURVEDIC COLLEGE

Ex-President

Punjab Provincial Ayurvedic Congress,

AMRITSAR.

آیُورویدمنتھن،

قدیم زمانہ میں دیوتاؤں اور اسُروں نے سمندر کو بلو کر چودہ رتن نکالے تھے - اور اس زمانے میں کویراج وید پرکاشش جی بی - اے نے اپنی شب و روز کی مسلسل محنت سے "آیُورویدک فارما کوپیا" کو تالیف کیا ہے - آیُوروید میں بے شمار گرنتھ موجود ہیں - اگر ان کا مطالعہ کیا جائے تو اس کے لئے کم از کم سَو سال کی عُمر درکار ہوتی ہے اور انہیں سمجھنے اور پرکھنے کے لئے ہزاروں سال چاہئیں - طُرفہ یہ ہے کہ آیُوروید گرنتھ دُنیا کی مشکل ترین زبان سنسکرت میں لکھے گئے تھے اس لئے ہر کس و ناکس انہیں پڑھنے سمجھنے اور پرکھنے سے مجبُور ہے -

آیُوروید ایک سمندر ہے اور آیُوروید گرنتھ اس کے رتن ہیں - ان رتنوں کا حاصل کر لینا سہل نہیں، بہت دُشوار کام ہے - مگر میرے عزیزالقدر کویراج وید پرکاش جی نے اِس مُشکل کو اِس قدر آسان اور سہل بنا دیا ہے کہ اب معمُولی اُردُو لکھا پڑھا انسان بھی آیُوروید گرنتھوں کے رتنوں کی آب و تاب اور چمک دمک دیکھ سکتا ہے -

آیُورویدک فارما کوپیا ایک مُستند کتاب ہے - اِس گرنتھ میں کوئی ایسا نسخہ نہیں جو خود ساختہ ہو یا بے اثر ہو - تمام کے تمام نسخہ جات آیُوروید گرنتھوں کے ہیں، جنہیں قدیم زمانہ کے رِشیوں مہرشیوں، اور دیوتاؤں نے عام انسانوں کے لئے تجویز کیا تھا -

آیورویدک فارما کوپیا کا پہلا ایڈیشن ایک سال کے عرصے سے پہلے ہی فروخت ہو چکا ہے اور اب اس کی بے پناہ مقبولیت کو مدِ نظر رکھتے ہوئے کویراج جی نے اِس کا دوسرا ایڈیشن شائع کر دیا ہے۔ اس دوسرے ایڈیشن میں بہت سی نئی معلومات، نکتے، ہدایتیں اور نسخے شامل ہیں۔ اور جہاں تک میرا قیاس ہے میں وثوق سے کہہ سکتا ہوں کہ اردو زبان میں آیوروید پر اتنی جامع اور مختصر کتاب آج تک شائع نہیں ہوئی۔

کویراج شِو پرکاش کشیپ ویدواچسپتی

نیروبی (برٹش ایسٹ افریقہ)

اُردُو میں آیُورویِد

کو براج وید پرکاش میرے "جگر گوشہ" ہیں۔ اِس لیئے میں اپنی زبان سے یا قلم سے ان کی تعریف نہیں کر سکتا۔ آیورویدجگت یا طبّی دُنیا انکی علمیّت، فضیلت اُور خصُوصیّت کو اچھّی طرح جانتی ہے کہ اُنہوں نے کِس جذبے اُور محبّت کے ساتھ ماہنامہ آیورویدسماچار جاری کیا اُور محض اپنی محنت، تحقیق، تجربے اُور لیاقت کی بدولت اسے "فرش سے عرش" تک پُہنچا دِیا۔

آیُورویدک فارما کوپیا ان کی مایۂ ناز کتاب ہے۔ مجھے فخر ہے کہ اُنہوں نے اُردُو زبان میں ایسی قابلِ قدر فنّی کتاب چھاپ کر آیُوروید اُور اُردُو کو قریب تر کر دِیا ہے۔

اُردُو دان طبقہ آیُوروید کی عظمت کو نہیں جانتا تھا مگر "آیُورویدسماچار" ماہوار اُور "آیُورویدک فارما کوپیا" کی بدولت اب ہر اُردُو خواندہ آیُوروید کے سمندر میں غوطہ زن ہو سکتا ہے۔

کہاوت ہے کہ "موتی صِرف اُسے ہی مِلتے ہیں جو سمندر کی گہرائیوں تک غوطہ لگا سکتا ہو"۔

میرا یقین ہے کہ آیُوروید جگت اور طبّی دُنیا میں یہ گرنتھ پہلے سے زیادہ مقبول ہوگا۔

ڈاکٹر دولت رام اگروال بی۔اے

وجۂ تالیف

؎ میں آج بیٹھا ہوں ترتیب دینے دفتر کو
ورق ہے جب کہ اُڑا لے گئی ہوا ایک ایک (حالیؒ)

ایک زمانہ تھا جب کہ ہر شخص مقدس آیوروید کا گرویدہ تھا اور اب حالت یہ ہے کہ کوئی بھی شخص اس کی بے پناہ طاقت، عظمت اور افادیت سے فیض یاب ہونا نہیں چاہتا۔ آیورُوید کی اس ناقدر شناسی اور بے حرمتی پر میرا جی کڑھتا مگر کوئی بس نہیں چلتا۔ کیونکہ یہاں محض گنتی کے چند لوگ ہیں جنہیں سمجھایا جا سکے۔ لاکھوں نہیں بلکہ کروڑوں لوگ آیورُوید کی حقیقت اور اس کے حیرت انگیز معجزوں سے ناواقف ہیں۔ بیمار خواہ غریب ہو یا دولتمند انگریزی دواؤں بالخصوص انجکشنوں کو دل و جان سے چاہتا ہے۔ چاہے اس مہنگے علاج کے لئے اُسے روپیہ قرض ہی کیوں نہ لینا پڑے، وُہ بڑی خوشی سے روپے کو ڈاکٹروں کی بھاری فیس اور قیمتی انگریزی دواؤں پر خرچ کرے گا۔ معمولی سی تکلیف ہونے پر انجکشن لگوا کر بس سمجھ لیا کہ اب مکمل طور پر آرام آگیا ہے، صرف خیالی بات ہے۔ انگریزی دوائیں یا انجکشن فوری اثر دکھاتے تو ہیں مگر اس کے نتیجے بھی بہت خطرناک ہوتے ہیں۔ بس انجکشن لگوا لینے سے کسی بیماری کا قطعی طور پر خاتمہ نہیں ہو سکتا۔ جب تک کہ اُس کے اصل سبب کو دُور نہ کیا جائے۔ صرف وقتی طور پر کسی بیماری کو جبراً دبا لینا کوئی بڑی بات نہیں بلکہ ایک حماقت ہے، کیونکہ اس کے بعد دبی ہوئی بیماری کسی نہ کسی شکل یعنی مہلک بیماری کی صُورت میں نمودار ضرور ہوتی ہے۔ آخر میں مریض دائمی طور پر بیمار رہنے لگتا ہے ــــ برخلاف اس طریقۂ علاج

کے آیُورویدکا طریقۂ علاج نہ تو مہنگا ہے اور نہ ہی اتنا نقصان دِہ۔ آیُورویدایک ایسا طریقِ علاج ہے جس سے ہر شخص فائدہ اُٹھا سکتا ہے اِس کی دواؤں اور طریقِ علاج سے بیماری کا صحیح عِلاج کرکے بیماری کو ہمیشہ ہمیشہ کے لئے دُور کرکے بیمار کو صحت یاب کیا جا سکتا ہے۔

مگر یہ عِلاج ذرا لمبا ضرور ہوتا ہے۔ جو لوگ منٹوں میں آرام چاہتے ہیں، وہ غلط سوچتے ہیں۔ بھلا خیال کیجئے کہ کوئی بیماری یک دم کِس طرح دُور ہو سکتی ہے؟ مہینوں اور برسوں کا بیمار آناً فاناً کِس طرح تندرست ہو سکتا ہے؟ اصلیت یہ ہے کہ ایسی بیماریوں کے عِلاج کے لئے کافی عرصہ دَرکار ہوتا ہے۔

منٹوں یا گھنٹوں میں کِسی انگریزی دوا یا انجیکشن سے آرام پالینا کوئی معجزہ نہیں، بس یہ خوش فہمی ہے کہ "ہم اچھے ہو گئے"۔ حقیقت یہ ہے کہ آپ پہلے سے زیادہ بیمار ہو گئے، لیکن ان تمام باتوں پر کِسی کو یقین آئے تو کیونکر؟ یہاں ہر شخص ڈاکٹروں کے گُن گاتا پھرتا ہے۔ ڈاکٹر بھی لوگوں کی نزاکت پسندی اور خوش فہمی سے مالامال ہو رہے ہیں۔ معمولی بیماری یا تکلیف پر سینکڑوں روپے اُٹھ جاتے ہیں۔ ڈاکٹروں کی ناز برداریاں اس کے علاوہ ہیں۔

پُرانے زمانہ میں اوّل تو بیماریاں بہت کم ہُوا کرتی تھیں کیونکہ لوگ حفظانِ صحت کے اصُول پر کاربند رہا کرتے تھے۔

دوم ہر شخص اپنی صحت، لباس، خوراک اور غذا کے متعلق دُوسروں کی نسبت خود زیادہ بہتر جانتا تھا۔

سوم۔۔ بیماری ہونے کی صورت میں مقامی آیورویدمعالج گھروں میں

رکھی ہوئی معمولی دواؤں مثلاً ہلدی، چُونا، نمک، مرچ، پھٹکڑی سونٹھ وغیرہ یا عام دستیاب ہو جانے والی جڑی بُوٹیوں سے ہی علاج کر لیا کرتے تھے۔

مَیں مانتا ہُوں کہ موجُودہ ترقی کے زمانہ میں جبکہ انسان ستاروں اور چاند پر کمند ڈال رہا ہے اور اِن تک پہنچنے کی جُستجو میں ہے ہمارا آیورویدسینکڑوں سال پیچھے ہے مگر مَیں اِس حقیقت کو ظاہر کئے بغیر بھی نہیں رہ سکتا کہ باوجود سینکڑوں برس سے آیوروید طِبّ کی ترقی اور سائینٹفک ریسرچ کی طرف کوئی توجہّ نہیں دی گئی اور نہ ہی اسے ماڈریٹ (MODERATE) کیا گیا ہے۔ تاہم اِس کے خزانے میں ایسے ایسے موتی بھی ہیں جن کی قیمت کا اندازہ نہیں لگایا جا سکتا۔ ایسی ایسی حیرت انگیز دوائیں ہیں جن کے مقابلے میں انگریزی دوائیں بھی ہیچ ہیں۔ اور ایسے ایسے حیرت کُن عِلاج ہیں جن سے بلا اپریشن و بلا تکلیف ہرنیا، بھگندر، ہائیڈروسیل، ٹانسلز بڑھنا وغیرہ بیماریاں دُور کی جاسکتی ہیں

افسوس کہ آج تک اِن سے نفع حاصِل کرنے کی کسی نے بھی کوئی کوشش نہیں کی اور نہ ہی کسی خادِم فن نے (ماسوائے چند ویدحضرات کے) اِس کی ترقی اور پرچار کی طرف کوئی اقدام کیا۔ اگر آیوروید کو عوامی مقبولیت اور سرکاری سرپرستی حاصِل ہوتی تو یقیناً اس سے مُلک اور قوم کو بے حد درجہ فائدہ حاصِل ہوتا۔

اب حکومت ہند نے اپنے ترقیاتی منصوبوں میں آیوروید کی ترقی اور ریسرچ کے لئے کافی رقم منظور کر لی ہے، اگر اِسے عملی جامہ پہنایا گیا تو میرا دعویٰ ہے کہ مُلک میں ہر غریب آدمی بھی اپنا عِلاج کرا سکیگا اور کسی حد تک بیماریاں بھی کم ہو جائینگی۔

اِس کِتاب کو تالیف کرنے کا میرا سب سے بڑا مقصد یہی ہے کہ بلا لحاظ مذہب مُلک اور قوم کی خدمت کروں اور انسانوں کو مقدّس آیوروید کی عظمتِ رفتہ اور مخفی خزانوں سے مالا مال کروں!

وید پرکاش

نقاش نقش ثانی بہتر کشد زاوّل

آیورویدک فارما کوپیا کا دُوسرا ایڈیشن

یہ شاید میرے صدق وصفا کا نتیجہ ہے کہ آیورویدک فارما کوپیا کا پہلا ایڈیشن نہایت قلیل عرصہ میں فروخت ہو گیا۔ ہندوستان و پاکستان کے ویدوں، حکیموں، مفکروں، ڈاکٹروں، اخبار نویسوں اور جیّد عالموں نے آیورویدک فارما کوپیا کی بے حد تعریف کی اور قدردانوں نے کتاب کو خرید کر اپنی بے لوث محبّت و عقیدت کا گہرا ثبوت فراہم کیا۔ جس سے میرے کمزور دل کو حیرت انگیز طاقت حاصل ہوئی اور میں نے فارما کوپیا کا دُوسرا ایڈیشن شائع کرنے کا قصد کیا۔

اب اس نئے ایڈیشن میں کچھ نئی ترمیمیں اور اضافے کر دیئے گئے ہیں۔ صفحات کی تعداد کے ساتھ ساتھ قیمت میں بھی اضافہ کر دیا گیا ہے جس کے لئے بوجہ گرانی کاغذ و دیگر لوازمات کے میں مجبور تھا۔

اُمید ہے کہ قدردان فن میرے اس تحفہ کو بصد شوق قبول فرما کر میری حوصلہ افزائی فرمائیں گے۔

آپ کا:۔

کویراج وید پرکاش بی۔اے آیورویدسٹ

۱۵ر اگست ۱۹۶۲ء

پیش لفظ

طبِّ آیورویدکے اِس عالمِ انحطاط میں جب کہ اِس مقدّس اور عظیم فن کی چاروں اطراف سے ناقدری ہو رہی ہے، خدشہ ہے کہ کہیں یہ عِلم رفتہ رفتہ ناپید۔ بلکہ معدوم ہی نہ ہو جائے۔ جیمز اوّل کے عہد میں شاہی کتُب خانے کی جانب سے برٹش فارما کوپیا جیسی جامع اور مبسوط کتاب کی اشاعت ہوئی تھی۔ چنانچہ پہلا نسخہ ۱۸۶۴ء میں طباعت پذیر ہوا۔ اور ازاں بعد مزید اضافے ہوتے رہے۔

ہندوستان میں ۱۸۴۴ء میں حکومتِ بنگال نے بھی بنگال فارما کوپیا شائع کیا۔ ۱۸۶۸ء میں وزیر ہند کے حکم سے ایک انڈین فارما کوپیا وجود میں آیا۔ میری اِس تالیف کا سب سے بڑا محرک یہی برٹش فارما کوپیا ہے۔

جہاں تک میری دانست کا تعلق ہے، آیوروید کا اُردو زبان میں کوئی مستند اور جامع فارما کوپیا موجود نہیں۔ مَیں نے اِس خامی کو بہ شدّت محسوس کیا ہے۔ میرا لائحۂ عمل یہ ہے کہ اطبائے نامدار بالخصوص عوام کو آیوروید کی افادیت اور اہمیت سے کما حقہٗ رُوشناس کرایا جائے بمقصدیت کے لئے بلا کسی ذاتی مُفاد وسیع القلبی کے ساتھ آیورویدگرنتھوں کی اشاعت کی جائے۔ بھاری بھرکم گرنتھوں کا مُطالعہ کرنا ہر ایک کے بس کا روگ نہیں۔ اوّل تو اصل گرنتھ ناپید ہیں، دُوسرے اِن کی زبان اِس قدر مشکل ہے کہ

عام قاری کے احاطۂ ذہن میں وارد ہی نہیں ہو سکتی۔

مَیں نے بیشتر گرنتھوں کا آپس میں موازنہ کر کے معلوم کیا ہے کہ ایک ہی نام کے دو گرنتھوں میں بھی بڑا تضاد اور تفاوت ہے۔ ایک نسخہ جو کسی گرنتھ میں درج ہے وہ نسخہ اُسی نام کے دوسرے گرنتھ میں مختلف نظر آتا ہے۔ مَیں نے کافی جستجو و تحقیق اور غور و مطالعہ کے بعد اشوک آیورویدفارماکوپیا مرتب کیا ہے۔ اس میں مندرج نسخہ جات بالکل صحیح اور معتبر ہیں۔

آیوروید کی ترویج و ترقی کے سلسلہ میں تالیف ہذا ایک مضبوط کڑی ہے۔ یقین کامل ہے کہ اہلِ ہنر اور اربابِ فن میرے عزم کا بخوشی خیر مقدم کریں گے۔ فارماکوپیا میں وہی مجربات شامل کئے گئے ہیں جو اشوک آیورویدک فارمیسی کے معمولات میں داخل ہیں اور ان کی ہزار ہا بار تصدیق ہو چکی ہے۔

مؤلف

کویراج وید پرکاش بی اے

طبّ آیورویدکی قدیم تاریخ

قدیم گرنتھوں کے مطابق آیوروید طبّ کی ابتداء تین لاکھ پچاس ہزار سال قبل برہماجی نے کی تھی، برہماجی نے رفاہِ عام کی غرض سے ایک گرنتھ تحریر کیا۔ اِس آیوروید گرنتھ میں زندگی کی کمی وبیشی، اعادۂ شباب (کایا کلپ) اور حصولِ صحت وحیات کے دقیق اصول اور ذرائع درج تھے۔

برہماجی کی یہ اوّلین تصنیف ایک سَو ابواب پر مشتمل تھی۔ جن میں ایک لاکھ شلوک تھے۔ یہ مایۂ ناز گرنتھ نایاب تھا۔ بعض مؤرّخین ومحققیّن فرماتے ہیں کہ اس عظیم القدر گرانمایہ گرنتھ کی مہک سُشرت کی تصنیف میں پائی جاتی ہے۔

برہماجی سے اِس فنِ مقدّس آیوروید کو برہم دیو نے حاصل کیا (برہم دیو کو دکھش پرجاپتی بھی کہتے ہیں۔ یہ مہادیو کے سُسر تھے)۔ دکھش نے اپنی فہم وفراست سے دکھش سنگھتا نامی آیوروید گرنتھ تحریر کیا۔ ترویجِ علم کے لئے اُس نے اشونی کماروں کو جوکہ دو توامؔ بھائی تھے یہ پُراسرارِ علم ودیعت میں دیا۔ اشونی کماروں کے والدِ ماجد بھگوان سُورج اور والدہ چھایا تھی۔ دونوں بھائی آیوروید میں اِتنی مہارت اور کمال رکھتے تھے کہ دیوتاؤں نے ان کی فضیلت سے متاثر ہوکر انہیں اپنا راج ویدؔ مقرّر کیا۔ طبابت کے علاوہ دونوں بھائی جراحی (سرجری) کے فنّ میں بھی مشّاق تھے۔

روایت ہے کہ دکھش پرجاپتی نے ایک بار مہایگیہ کیا جس میں تمام دیوتاؤں نے شرکت کی مگر مغرور نے اپنے داماد مہادیو کو دعوت نامہ نہ بھیجا۔

لہ جڑواں

مہادیو کی رفیقہ حیات بن بُلائے اپنے والد یعنی دکھش پرجاپتی کے ہاں چلی گئی - وہاں اُس نے اپنے شوہر بھگوان شنکر مہادیو جی کی توہین و تذلیل کا منظر دیکھا تو یگیہ کی آگ میں ہی کود کر زندہ جل کر خاکستر ہو گئی -

اِس واقعہ کی جب مہادیو جی کو خبر ملی تو اُنہوں نے وِیر بھدر کو بھیجا - وِیر بھدر نے آتے ہی یگیہ شالا کا نظام درہم برہم کر دیا اور جوشِ غضب میں آ کر دکھش پرجاپتی کا سر تن سے جُدا کر کے یگیہ کی آگ میں جلا ڈالا - جوشِ انتقام فرو ہونے پر دیوتاؤں نے اپنے راج وئید اشونی کماروں سے درخواست کی کہ وہ اپنے اُستادِ محترم دکھش پرجاپتی کا سر دوبارہ جوڑ دیں - چنانچہ اشونی کماروں نے بکرے کا سر لے کر دھڑ پر اس طرح جوڑا کہ سب مبہوت رہ گئے - تب سے یہ دونوں بھائی دیوتاؤں کو اور بھی زیادہ عزیز ہو گئے - دونوں بھائیوں کی فنّی قابلیت اور مہارتِ تامہ کو دیکھ کر سورگ کے راجہ اِندر کو بھی اکتسابِ فنّ کا شوق چرایا - اشونی کماروں نے راجہ اِندر کو آیورویدمیں کامل بنا دیا - رفتہ رفتہ جب اِس علمِ مقدّس کو زوال آنے لگا تب سب دیوتاؤں کو فکر دامنگیر ہُوا اور اُنہوں نے ہمالیہ پربت پر ایک عظیم اجتماع کیا - متفقہ فیصلہ کے مطابق مہرشی بھاردواج سے استدعا کی گئی کہ وہ مہاراج اِندر سے یہ فن حاصل کر کے اِسے فروغ دیں -

بھاردواج رشی نے آیوروید وِدیا سیکھ کر دوسرے رشیوں کو بھی اپنا ساتھی بنا لیا - اِن ساتھی رشیوں میں سے اترےرشی نے اس فن میں یدِ طولےٰ حاصل کر لیا - جرّاحی میں خصوصیت سے کمال حاصل کیا تھا - اُنہوں نے آیوروید پر بہت سی کتابیں بھی لکھیں جن میں اترے سنگھتا مشہور گرنتھ ہے -

"اترے سنگھتا" پانچ ابواب پر حاوی ہے - گرنتھوں میں اسے بڑا رتبہ حاصل ہے -

مہرشی اترے جی کے چھ مشہورِ زمانہ ہونہار شاگرد تھے جن کے نام یہ ہیں:۔
١۔ اگنی ویش۔ ٢۔ بھیل۔ ٣۔ جاتوکرن۔ ۴۔ پراشر۔ ۵۔ ہاریت۔ ٦۔ کشیرپانی۔
اترے جی کے تمام عالم فاضل شاگردوں نے کتابیں تصنیف کیں۔

شومئی تقدیر اُس عہد میں کوئی ایسی وباء نازل ہوئی کہ یہ آیوروید کا فن زوال پذیر ہونے لگا۔ قادرِ مطلق حکیم کائنات بھگوان وشنو کے مشورہ سے دیوتاؤں اور راکھشسوں نے اپنے اپنے تحفظ کے لئے سمندر کو بلو کر آبِ حیات (امرت) اور دیگر قیمتی جواہرات نکالنے کی سعی حاصل کی، جسے پورانوں اور عرفِ عام میں "امرت منتھن" بھی کہتے ہیں۔ چنانچہ ایک قوی الجثہ، طویل قامت سانپ واسُوکی ناگ کو بندھیاچل پربت کے اردگرد لپیٹ کر سمندر کے بیچ کھڑا کیا گیا۔ قادرِ مطلق بھگوان وشنو نارائن نے اپنا ایک دوسرا وجود کچھوا بنایا اور کشیپ اوتار لے کر سمندر کے نیچے چلے گئے۔ تاکہ مسلسل جنبشوں سے بندھیاچل پربت تحت الثریٰ یعنی پاتال میں نہ دھنس جائے۔ واسُوکی ناگ کے منہ کی طرف راکھشس کھڑے تھے اور دُم کی جانب دیوتا ۔۔۔ سانپ کی زہریلی پھنکاروں کے سبب راکھشس سیاہ فام ہو گئے۔ بالآخر سمندر بلونے سے چودہ نایاب رتن برآمد ہوئے۔ جن میں شراب، چاند، کلپ درکھش، ایراوت ہاتھی، اُچی شروا نامی گھوڑا، لکشمی (دولت)، وِش (ہلاہل)۔ کوس تبھ جواہر۔ اپسرا۔ کام دھینو گائے۔ کمان و تیر اور مہاراج دھنونتری وید امرت کا گھڑا لئے تھے۔

بعد میں اِن چودہ رتنوں کی تقسیم یوں ہوئی کہ لکشمی بھگوان وشنو نے لی، امرت دیوتاؤں نے لے لیا اور دوسری اشیاء گراں قدر بھی تقسیم ہوئیں مگر وِش (ہلاہل، زہر) کو نہ تو دیوتاؤں نے قبول کیا اور نہ ہی راکھشس اسکے لینے پر راضی ہوئے۔ تب بھگوان شنکر مہادیو جی نے مسکرا کر وِش کو اپنے حلق میں اُتار لیا۔

جس سے اُن کا گلا نیلے رنگ کا ہو گیا۔ اسی وجہ سے بھگوان شنکر کو نیل کنٹھ یعنی نیلے گلے والا بھی کہتے ہیں۔ مشہور ہے کہ بھگوان شنکر نے جس وقت وِش (زہر) کو قبول کیا تو اُس وقت پیتے پیتے جو چند قطرے زمین پر گرے اُن کے زہریلے اثر سے سانپ، بچھو وغیرہ حشرات الارض پیدا ہوئے اور مہاراج دھنونتری ربّ الشفا یعنی آیور ویدک دیوتا کے نام سے مقبول ہوئے۔

اہلِ ہنود کے نزدیک دھنونتری جی کا وُہی رُتبہ ہے جو اہلِ یونان میں اسقلیوس کا مقام ہے۔

دیوتاؤں کی التجا پر دھنونتری جی نے دُنیاوی انسانوں کی صحت تندرستی اور زندگی کے لئے کاشی میں ایک راجہ کے ہاں جنم لیا اور دیوداس کے نام سے اِس فرضِ مقدس کو سرانجام کیا۔ بعینہٖ یہی حکایت سُشرت میں بھی مرقوم ہے مگر گروڑ پوران میں اِس واقعہ کو یُوں پیش کیا ہے کہ دیوداس دھنونتری جی کی بجائے اُن کی چوتھی پُشت کی اولاد ہے۔ اکثر محققین رقم طراز ہیں کہ مہاراج بکرما دتیہ کے عہدِ حکومت میں ایک اور دھنونتری ثانی ہو گزرا ہے۔ اسی نے راج نگھنٹو نامی گرنتھ تصنیف کیا تھا۔ دیوداس کے شاگردوں میں سُشرت نامی ناجی جراح ہوا ہے سُشرت وشوامتر رشی کا لختِ جگر تھا۔ اس کی مشہور کتاب سُشرت سنگھتا ہے جو اس زمانے میں بھی دستیاب ہے۔ مگر موجودہ سُشرت سنگھتا میں کافی ترامیم کی ہوئی معلوم ہوتی ہیں۔ مہرشی چرک بھی کاشی میں پیدا ہوئے تھے۔ مورخین کا بیان ہے کہ آغازِ عالم میں ہی اِن کا ظہور ہوا تھا۔ اکثر مختلف الرائے ہیں کہ یہ حضرت یسوع مسیح علیہ السلام سے ۳۲۰ برس قبل پیدا ہوئے تھے۔ بہر حال یہ قابل ترین آیوروید معالج اور ایک کامیاب وید تصور کئے جاتے ہیں جنہوں نے آیوروید کو زندہ جاوید بنانے کے لئے بے حد کوشش کی اور اپنی تمام تر محنت

چرک سنگھتا میں جذب کر دیا۔ چرک سنگھتا اِن کی مشہور کتاب ہے۔ بعض علمائے فن کہتے ہیں کہ چرک رِشی کشمیری النسل تھے۔

واگ بھٹ اوّل علاقہ سِندھ حال پاکستان میں پیدا ہوا اور آیوروید میں کمال پیدا کر کے محبوبِ عام بن گیا۔ اس کی کتاب "اشٹانگ ہردے" کے نام سے مقبول ہے۔ تاریخ دان حضرات نے اس کا عہد دو سو برس قبل از مسیح بتایا ہے۔

شارنگدھر غالباً آٹھویں صدی عیسوی میں پیدا ہوا۔ اس نے علم الادویہ (جڑی بوٹی) پر شارنگدھر گرنتھ لکھا۔ یہ اعلیٰ گرنتھ آج بھی داخلِ نصاب ہے۔

مادھو آچاریہ بمقام گولکنڈہ کا باشندہ تھا۔ اس نے آیوروید پر مادھو ندھان نامی پستک لکھی جو ایک مستند گرنتھ ہے۔ اِسی گرنتھ کا عربی ترجمہ خلفائے عباسیہ کے عہد میں ہوا تھا۔

واگ بھٹ ثانی اِس نے اشٹانگ ہردے کی تقلید میں اشٹانگ ہردے سنگرہ لکھی تھی۔

بھاسکر بھٹ قابل وید تھا۔ اس نے شریر پدمنی نامی گرنتھ لکھا ہے۔

چکر دت پانی سنہ ۱۰۶۰ء میں پیدا ہوا۔ اور چرک و سشرت کے گرنتھوں کی شرح لکھی۔

بھاو مشر۔ سنہ ۱۵۵۰ء میں اس نے وید راج بھاو پرکاش گرنتھ لکھا۔

زہری کشمیری النسل تھا۔ جس نے راج نگھنٹو (علم المفردات) پر جامع گرنتھ لکھا تھا۔ فارسی میں اسی گرنتھ کا ترجمہ بعنوان

بُستان المفردات ہے۔

لارڈ ایمپل اپنی کتاب میں تحریر کرتا ہے کہ علمِ طب ہندوستان سے ہی عرب تک پہنچا تھا۔ ہندوستان آیورویدِ طب کا منبع ہے۔

سر ولیم ہنٹر لکھتے ہیں کہ عربی طب کی تصانیف سنسکرت میں لکھی ہوئی آیوروید کتابوں کا ترجمہ و چربہ ہیں جن کے تراجم زیادہ تر خلفائے بغداد بالخصوص خلیفہ ہارون الرشید کے عہد میں ہوئے تھے۔ شیخ بوعلی سینا اور ابومحمد ذکریا رازی کی کتابیں بھی چرک و سشرت کی تعریف کرتی ہیں۔

ابومحمد ذکریا رازی نے چرک رشی کو طب میں امام تسلیم کیا ہے اور اثبات کے لئے بعض مقامات پر حوالے بھی دیئے جاتے ہیں۔

مہرشی چرک کے گرنتھ کا سب سے پہلا ترجمہ پہلوی زبان میں ہوا تھا۔ بعد میں عبداللہ بن علی نے اِس کتاب پر ایک سیر حاصل شرح لکھی اور فارسی ترجمہ کو عربی کا لباس عنایت کیا۔ خلیفہ منصور نے بھی بہت سی کمیاب طبی اور علمی کتابوں کے ترجمے کرائے تھے۔

آیوروید کا فن ابتدائے آفرینش سے ہی مروج ہے اور جملہ پیتھیوں کا منبع و سرچشمہ ہے۔ دوسری تمام پیتھیاں فی الحقیقت اِسی آیوروید کی شاخیں ہیں جو شکل و صورت سے اِس قدر مسخ ہو چکی ہیں کہ ان کی پہچان بھی مشکل ہے۔

(مؤلف)

فہرست کُتب حوالہ جات

آیورویدک فارماکوپیا مرتب کرنے کے لئے جن نایاب گرنتھوں سے استفادہ کیا گیا وہ حسب ذیل ہیں:-

شارنگدھر — چرک سنگھتا — بھیشج رتناولی

رسیندر سار سنگرہ — سُشُرت سنگھتا — بھاو پرکاش

رس یوگ ساگر — یوگ رتناکر — رس راج سُندر

چکردت — سِدھ بھیشج — رس چنڈانشو

ویدیہ جیون — اشٹانگ ہردے

ون اوشدھی چندرودے

ترتیب

مضمون	صفحہ	مضمون	صفحہ
اُردو میں آیُوروید	۷	جیرک آدی ارشٹ	۴۴
طبّ آیوروید کی قدیم تاریخ	۱۴	چندن آسو	۴۴
آسو اور ارشٹ بنانے		دشمول ارشٹ	۴۵
کی ترکیب		دراکشا سو	۴۶
		روہیتکارشٹ	۴۷
ابھیا ارشٹ	۳۷	سارسوتارشٹ	۴۸
انگور آسو	۳۸	ساری وادی آسو	۴۹
اشوک ارشٹ	۳۹	کنک آسو	۴۹
اشوگندھا ارشٹ	۳۹	کُٹج ارشٹ	۵۰
امرت ارشٹ	۴۰	کماری آسو	۵۰
ارجن ارشٹ	۴۱	کھدرارشٹ	۵۱
اروند آسو	۴۱	لوہ آسو	۵۲
اُشیر آسو	۴۲	وڑنگ ارشٹ	۵۳
ببول ارشٹ	۴۲	اہی فین آسو	۵۳
پیپلی آسو	۴۳	کرپور آسو	۵۴
پُنرنوا آسو	۴۳	مرگ مد آسو	۵۴

اولیہ پاک

بالسہ اولیہ ۵۵
جیون پراش اولیہ ۵۶
سُپاری پاک ۵۸
سوبھاگیہ شنٹھی پاک ۵۹
کوشمانڈ اولیہ ۶۰
گوکھرو پاک ۶۰
موصلی پاک ۶۱
مدن آنند مودک ۶۲
بادام پاک ۶۳
پارہ کی ماہیت اور اوصاف ۶۵
پارہ شودھن ۶۸
کپی پکو رس رسائن بنانے کا طریقہ ۶۹
سارہ مکردھوج ۷۲
رس سندور ۷۵
مل سندور ۷۶
تامر سندور ۷۷
سورن بنگ ۷۸
تال سندور ۷۹
رجت سندور ۷۹
رس مانکیہ ۸۰
دھاتو واپ دھاتو سودھن کے طریقے ۸۱
دواسازی میں کشتہ جات کی قدر و اہمیت ۸۷
کشتہ سازی کے لئے چند ضروری ہدایات ۸۹
کشتہ سازی کی عام اصطلاحی باتیں ۹۱
کشتہ ابرک سیاہ ۹۲
کشتہ ابرک سفید ۹۳
کشتہ پارہ سنگا ۹۳
کشتہ پوست بیضہ مرغ ۹۴
کشتہ پروال ۹۴
کشتہ پیتل ۹۵
کشتہ تانبا ۹۶

کشتہ سنکھ	۱۰۰
کشتہ سنکھیا	۱۰۱
کشتہ سونا	۱۰۱
کشتہ سونا مکھی	۱۰۳
کشتہ سنگ یشب	۱۰۴
کشتہ سنگ بہود	۱۰۵
کشتہ شنگرف	۱۰۵
کشتہ عقیق	۱۰۷
کشتہ فولاد	۱۰۸
کشتہ کسیس	۱۰۹
کشتہ کوڑی	۱۰۹
کشتہ کانسی	۱۱۰
کشتہ قلعی	۱۱۰
کشتہ ہڑتال گودنتی	۱۱۲
کشتہ ہڑتال ورقیہ	۱۱۱
کشتہ موتی	۱۱۳
کشتہ موتی سیپ	۱۱۴
کشتہ منڈور	۱۱۴
کشتہ مور پنکھ	۱۱۵
رس یعنی پارہ کے مرکبات	۱۱۶
شودھن کے عام مشہور طریقے	۱۱۸
اگنی کمار رس	۱۲۴
اگنی تنڈی رس	۱۲۵
اجیرن کنٹک رس	۱۲۵
اپ ونش کٹھار	۱۲۶
اشو کنچکی رس	۱۲۶
اچھیا بھیدی رس	۱۲۷
ارش کٹھار رس	۱۲۸
آنند بھیرو رس	۱۲۹
اندر وٹی	۱۲۹
ایکانگ ویر رس	۱۳۰
امیر رس	۱۳۰
انماد گج کیسری رس	۱۳۱
بسنت کسماکر رس	۱۳۲
بسنت مالتی رس	۱۳۳
برہت بنگیشور رس	۱۳۴
برہت وات چنتامنی رس	۱۳۵
پروال پنچامرت رس	۱۳۶
پرتاپ لنکیشور رس	۱۳۷
پردرانتک رس	۱۳۷
پورن چندر رس	۱۳۸
تربھون کیرتی رس	۱۳۹

جواری ابرک ۱۳۹
چندرامرت رس ۱۴۰
چُتر بھج رس ۱۴۰
رام بان رس ۱۴۱
سِدھ پرانیشور رس ۱۴۲
مہروانگ سُندر رس ۱۴۳
سمرتی ساگر رس ۱۴۴
سوت شیکھر رس ۱۴۵
شواس کٹھار رس ۱۴۶
شرنگار ابرک رس ۱۴۶
شُکر ولبھ رس ۱۴۷
شواس چنتامنی رس ۱۴۸
کامنی وِدراون رس ۱۴۹
کرمی کٹھار رس ۱۵۰
کف کیتو رس ۱۵۰
کرپور رس ۱۵۱
کستوری بھیرو رس ۱۵۱
کنک سندر رس ۱۵۲
گرہنی کپاٹ رس ۱۵۳
گربھ پال رس ۱۵۴
گربھ ونود رس ۱۵۵
گندھک رسائن ۱۵۵
گنگا دھر رس ۱۵۶
لکشمی وِلاس رس ۱۵۷
لوکناتھ رس ۱۵۸
مہا گندھک رس ۱۵۹
مہالکشمی وِلاس رس ۱۵۹
مرتنجے رس ۱۶۰
ناراچ رس ۱۶۱
وات کلانتک رس ۱۶۱
ہردے آرنو رس ۱۶۳
گولیاں بنانے کا طریقہ ۱۶۳
ابرک آدی وٹی ۱۶۳
آروگیہ وردھنی وٹی ۱۶۴
اِندر وٹی ۱۶۵
ایلادی وٹی ۱۶۵
پربھاوتی گٹکا ۱۶۶
بلیھاری وٹی ۱۶۷
جاتی پھل آدی وٹی ۱۶۷
چندر پربھا وٹی ۱۶۸
راج وٹی ۱۶۹
رسانجن وٹی ۱۷۰

رچہ پردتنی وٹی ۱۷۰
سُکھ وریچن وٹی ۱۷۱
سُدرشن گھن وٹی ۱۷۲
سنجیونی وٹی ۱۷۳
شکر ستمبھن وٹی ۱۷۳
کستوری گٹکا ۱۷۴
کسیس آدی وٹی ۱۷۵
کھدرادی وٹی ۱۷۶
گندھک وٹی ۱۷۶
لونگادی وٹی ۱۷۷
مرچادی وٹی ۱۷۷
مہاشنکھ وٹی ۱۷۸
وِشّ مشٹی وٹی ۱۷۸

گوگل تیار کرنا ۱۷۹

ترِیودشانگ۔ گوگل ۱۸۰
سنگھناد گوگل ۱۸۰
کانچنار گوگل ۱۸۱
کیشور گوگل ۱۸۲
گوکھشرادی گوگل ۱۸۳
مہایوگراج گوگل ۱۸۴
یوگراج گوگل ۱۸۵

لوہ و منڈور ۱۸۶

برہت سروجورہر لوہ ۱۸۶
پردرانتک لوہ ۱۸۷
پُنرنوا منڈور ۱۸۸
چندن آدی لوہ ۱۸۸
سروجورہر لوہ ۱۸۹
نوائس لوہ ۱۹۰
وشم جورانتک لوہ ۱۹۰

پرپٹیوں کے فائدے ۱۹۱

پرپٹی بنانے کی ترکیب ۱۹۲
بول پرپٹی ۱۹۳
پنچامرت پرپٹی ۱۹۴
تامر پرپٹی ۱۹۴
رس پرپٹی ۱۹۵
لوہ پرپٹی ۱۹۶

چورن بنانا ۱۹۷

اسگندھ چورن ۱۹۸
انترودِھی ہر چورن ۱۹۸

ایلادی چورن ۱۹۹
اوی پتی کر چورن ۱۹۹
اجمود آدی چورن ۲۰۰
آملکیادی چورن ۲۰۰
اگنی مکھ چورن ۲۰۱
وڈوانل چورن ۲۰۱
برہد ونڈ چورن ۲۰۲
پشپانگ چورن ۲۰۲
پنچ سم چورن ۲۰۳
تالیس آدی چورن ۲۰۴
ترپھلا چورن ۲۰۴
سدرشن چورن ۲۰۵
ستادری چورن ۲۰۶
سارسوت چورن ۲۰۷
سوادشٹ چورن ۲۰۷
سوادشٹ وریچن چورن ۲۰۸
سمدرادی چورن ۲۰۸
ستو پلادی چورن ۲۰۹
جاتی پھل آدی چورن ۲۰۹
چندن آدی چورن ۲۱۰
چوب چینی آدی چورن ۲۱۱
داڑماشٹک چورن ۲۱۱
دشن سنسکار چورن ۲۱۲
کامک چورن ۲۱۲
کرشنادی چورن ۲۱۳
گنگادھر چورن ۲۱۳
لون بھاسکر چورن ۲۱۴
موصلی چورن ۲۱۴
عقرقرحادی چورن ۲۱۵
لمبادی چورن ۲۱۵
ناراچ چورن ۲۱۶
ورہت گنگادھر چورن ۲۱۶
ہنگوادی چورن ۲۱۷
ہنگواشٹک چورن ۲۱۷
ہسٹیریا ناشک چورن ۲۱۸
کواتھ بنانے کا طریقہ ۲۱۹
ابھیادی کواتھ ۲۱۹
آرگودھ آدی کواتھ ۲۲۰
آیورویدک دیسی چائے ۲۲۰
پتھیادی کواتھ ۲۲۱
چتر بھدر کواتھ ۲۲۱
داروپادی کواتھ ۲۲۱

دشمول کواتھ	۲۲۲
دیودار و آدی کواتھ	۲۲۲
راسنا سپتک کواتھ	۲۲۳
مہا راسنا آدی کواتھ	۲۲۳
برہت منجشٹھادی کواتھ	۲۲۴
گھرت و تیل	۲۲۵
بھرنگراج تیل	۲۲۶
پھل گھرت	۲۲۷
جیرک آدی گھرت	۲۲۸
ترپھلا گھرت	۲۲۸
کرنج تیل	۲۲۹
گندھک آدی تیل	۲۲۹
لاکشادی تیل	۲۲۹
بنگ تیل	۲۳۰
مرچ آدی تیل	۲۳۱
نارائن تیل	۲۳۱
ہنگوادی تیل	۲۳۲
سُرمہ جات و مرہم بنانا	۲۳۳
چُورن انجن	۲۳۴
چندر اُودیہ ورتی	۲۳۴
شنکھ آدی نیتر انجن	۲۳۴
مُکتا آدی مہا انجن	۲۳۵
نین امرت انجن	۲۳۵
سنایو ہر مرہم	۲۳۶
بھگندر ناشک مرہم	۲۳۷
ارش ہر مرہم	۲۳۷
رال کا مرہم	۲۳۸
اگنی دگدھ ورن ہر مرہم	۲۳۸
مناشلادی مرہم	۲۳۹
ورن امرت شوبیت مرہم	۲۳۹
گرنتھی بھیدن لیپ	۲۴۰
یارانتو شول ہر ناشک لیپ	۲۴۰
امراض کی تشخیص اور اُن کا علاج	۲۴۱
پانچ مہابھوت اور تین اخلاط کا تعلق	۲۴۲
وایو پت کف کے اثرات	۲۴۳
چار باد (ارکان)	۲۴۴
بخار	۲۴۵

ملیریا بخار	۲۴۶
ٹائیفائیڈ بخار	۲۴۷
پرسوت بخار	۲۴۸
اِنفلوئنزا	۲۴۹
اسہال (دست)	۲۴۹
مروڑ (پیچش)	۲۵۰
ہیضہ	۲۵۱
سنگرہنی	۲۵۲
بواسیر	۲۵۳
قبض	۲۵۵
پیٹ کے کیڑے	۲۵۷
یرقان	۲۵۹
کھانسی	۲۶۰
دمہ	۲۶۱
تپ دِق	۲۶۲
فسادِ خون	۲۶۳
ریاحی امراض	۲۶۵
سوزاک	۲۶۶
آتشک	۲۶۶
کمئ خون	۲۶۷
امراضِ مرداں	۲۶۸
جریان	۲۶۹
سُرعت انزال	۲۷۰
ذیابیطس	۲۷۱
دماغ اور اس کے امراض	۲۷۲
دِل کے امراض	۲۷۳
بچّوں کی دیکھ بھال	۲۷۵
زنانہ امراض	۲۸۴
لیکوریا	۲۸۵
بانجھ پن	۲۸۶
آیُورویدک لُغات	۲۸۹
مُفردات اور اُن کے متبادلات	۳۰۷
آیُورویدک اصطلاحات	۳۱۱
ممنوعات	۳۱۵
معالجوں کیلئے ضروری ہدایات	۳۱۸
تبصرات	۳۲۱

آیُورویدکیا ہے؟

आयुर्हिताहितं व्याधे निदानं शमनं तथा । विधते यत्र विद्वद्भि: आयुर्वेद स उच्यते ॥

تشریح:- وُہ علم جس میں زندگی کے لئے مفید و غیر مُفید غذاؤں کے استعمال کے طریقوں اور بیماریوں کی تشخیص و علاج کا تفصیلی ذکر مَوجُود ہو۔ اُسے "آیُوروید" کہتے ہیں۔

چکتسا (طبابت) کا مقصد محض روپیہ پیدا کرنا نہیں

कवचिदर्थः क्वचिन्मैत्री, क्वचिद्धर्मः क्वचिद्यशः। कर्माभ्यासः क्वचिच्चैन, चिकित्सानास्ति निष्फला ॥

طبابت (علاج معالجہ کا پیشہ۔ چکتسا) کا عمل خواہ کسی بھی نظریہ سے کریں، یہ ہر حال میں فائدہ مند ہے۔ اوّل تو اس سے اقتصادی مسئلہ حل ہوتا ہے۔ اور اگر روپیہ میسّر نہ ہو تو لوگوں سے دوستی اور واقفیت پیدا ہوتی ہے۔ بالفرض یہ دونوں حاصل نہ ہوں تو کارِ ثواب (دھرم کا کام) کا ثمرۂ شیریں حاصل ہوتا ہے۔ اور اگر یہ تینوں لاحاصل ہوں تو نیک نامی اور شہرت ملتی ہے۔ اور اگر خدا نخواستہ یہ تمام نہ مل سکیں تب علم و تجربہ میں تو اضافہ ہوتا ہی ہے۔

المختصر طبابت کا پیشہ سب سے افضل و اعلیٰ ہے۔ اِس میں ذرا بھی شک نہیں۔ (اشٹانگ ہردے)

تن دُرست کون؟

समदोषः समाग्निश्च समधातु
मलक्रियाः। प्रसन्नात्मेन्द्रि-
यमनः स्वस्थः इत्यभिधीयते॥

جس میں تینوں دوشش (خلطیں) اور سپت دھاتو یکساں طور پر ہوں - حرارتِ غریزی (اگنی) موجود ہو - حوائجِ ضروریہ باقاعدہ ہوں - اور رُوح و حواسِ خمسہ (من و اِندریاں) مطمئن و خوش ہوں — اُسے تن دُرست سمجھنا چاہیئے

○

اوشدھ (دوا) کی تعریف

प्रयोगः शमयेद व्याधिं योऽन्यमु-
दरियेत्। नासौ विशुद्धः शुद्धस्तु
शमयेद्योन : प्रकोपयेत ॥

جو دَوا ایک بیماری کو دُور کر کے دُوسری بیماری پَیدا کرے اُسے اچھّی دوا نہیں کہا جا سکتا۔

عُمدہ دوا کی تعریف یہ ہے کہ جو ایک بیماری کو ختم کرے مگر کسی دوسری بیماری کو پیدا نہ ہونے دے

آسو اور ارشٹ بنانے کی ترکیب

مرض کے علاج کا سب سے بڑا ذریعہ دواسازی ہے جس میں تازہ جڑی بوٹیوں سے حاصل کردہ رس (عصارہ) استعمال کئے جاتے ہیں۔ چونکہ ہر موسم اور ہر خطّے میں تازہ جڑی بوٹیاں ہر وقت دستیاب نہیں ہو سکتیں لہٰذا اِس مُشکل کو آسان کرنے کے لئے بوٹیوں کو خشک کرکے اُنہیں قابلِ استعمال بنایا گیا۔ تاکہ بوقتِ ضرورت اِن بوٹیوں کے کاڑھے سے عِلاج معالجہ کیا جا سکے

کاڑھوں کو ایک عرصہ تک کارآمد، مُفید اور مؤثر بنانے کے لئے ضروری ہے کہ اُنہیں محفوظ (PRESERVE) کیا جائے چنانچہ کاڑھوں کو دیر تک با اثر و مفید رکھنے کے لئے آسو یا ارشٹ کا طریقِ کار ایجاد ہوا۔

آسوارشٹ کا سب سے بڑا مقصد یہ ہے کہ غیر موسمی اور غیر علاقوں کی بوٹیوں کے قیمتی جوہر کاڑھوں کی شکل میں دیر تک محفوظ رہ سکیں اور ہر موسم اور ہر علاقہ میں بلاخوف و خطر استعمال کئے جا سکیں بوٹیوں کے رس یا کاڑھے آسو یا ارشٹ کی صورت میں ایک مُدّت تک محفوظ اور غیر متعفن رہتے ہیں، نیز ان میں وہی خوبیاں اور اوصاف ہوتے ہیں جو ایک تازہ بوٹی کا خاصہ ہے۔

آسو یا ارشٹوں کو خراب یا بدبُودار ہونے سے بچانے کا واحد طریقہ یہ ہے کہ اِن میں الکوحل کا جُزو پیدا کیا جائے۔ اِس غرض کے لئے رس یا کاڑھوں میں مناسب مقدار میں کھانڈ، گڑ یا شہد کی آمیزش

کی جاتی ہے تاکہ خمیر اُٹھایا جائے۔ خمیر اُٹھنے سے آسو یا ارشٹ میں الکوحل پیدا ہو جاتی ہے جس کا فعل رس یا کاڑھے کے اجزا اور تاثیر کی مکمل حفاظت کرنا ہے۔

آسو اور ارشٹ میں فرق

آسو اور ارشٹ میں یہی تفاوت ہے کہ آسو صرف ترو تازہ جڑی بُوٹیوں کے رسوں سے تیار کیا جاتا ہے اور ارشٹ خشک بُوٹیوں کے کاڑھوں سے تیار ہوتا ہے۔

آسو ارشٹ کے برتن

آسو یا ارشٹ بنانے کے لئے جو برتن استعمال کئے جائیں وہ صاف ستھرے ہونے چاہئیں۔ اس حفاظتی تدبیر سے آسو یا ارشٹ میں نہ تو بدبو کے اثرات پیدا ہوں گے نہ ہی ترشی کا احتمال ہو گا۔

خمیر اُٹھانے کے لئے سب سے بڑا کام درجہ حرارت (ٹمپریچر) کا ایک خاص سطح پر رکھنا ہے کیونکہ آسو یا ارشٹ میں خمیر اُٹھانے کے لئے جو بکٹیریا (BECTERIA) کام کرتے ہیں وہ ایک خاص درجہ حرارت میں ہی سرگرم کار ہوتے ہیں۔ سطحی درجہ حرارت 30 سے 35 سینٹی گریڈ ہوتا ہے۔ اس سے کم ہونے کی صورت میں یہ مفید بکٹیریا سُست ہو کر اپنا کام چھوڑ دیتے ہیں جس کے سبب نہ تو خمیر اُٹھتا ہے اور نہ ہی الکوحل پیدا ہوتی ہے جو آسو ارشٹ کو دیر تک محفوظ رکھتی ہے۔ 40 سینٹی گریڈ درجہ حرارت ہونے پر یہ بکٹیریا شدت سے ہلاک

ہو جاتے ہیں، لہٰذا موسم کے مطابق آسوارشٹ کے گھڑے کے درجۂ حرارت کو ایک خاص معیار (STANDARD) پر رکھنا چاہیئے۔

موسم سرما میں جب کہ سردی کے سبب گھڑے میں پڑا ہوا کاڑھا بھی سرد ہو اُسے گرم کرنے کے لیئے حرارت درکار ہو گی تاکہ خمیر اُٹھانے والے بکٹیریا زندگی پا کر اپنا عمل شروع کر دیں۔

موسم گرما میں گرمی کی وجہ سے گھڑے میں پڑا ہوا کاڑھا بھی اُبلتا ہو تو اُس صُورت میں بکٹیریا ہلاک ہو جاتے ہیں۔ اس وقت یہ احتیاط رکھیں کہ درجۂ حرارت زیادہ نہ بڑھے تاکہ بکٹیریا زندہ رہیں اور خمیر اُٹھاتے رہیں۔ اس سائینٹفک عمل سے آسوارشٹ صحیح اور معیاری ثابت ہوتے ہیں اور ایک مُدت تک پڑے رہنے پر بھی نہ تو خراب ہوتے ہیں اور نہ ہی اپنی تاثیر کھوتے ہیں۔

دوسری احتیاطی تدبیر یہ ہے کہ خمیر اُٹھانے کے لیئے ضامن (YEAST) دینا بھی ضروری ہے۔

زمانہ قدیم میں ویدلوگ بلا ضامن خمیر اُٹھانے کے لیئے گُل دھاوا استعمال میں لایا کرتے تھے۔ گُل دھاوا اپنی خاصیت کے اعتبار سے خمیر پیدا کرنے والا ہوتا ہے

موجودہ زمانہ میں جب کہ ہر کام میں ترقی پسند کی جا رہی ہے خمیر اُٹھانے کے معاملہ میں بھی گُل دھاوا کے ساتھ ساتھ ضامن کو بہتر اور اعلیٰ سمجھا گیا ہے۔

درجۂ حرارت زیادہ تیز ہونے کی وجہ سے آسو یا ارشٹ میں خمیر اُٹھانے والے بکٹیریا ضائع ہو جائیں تو اس صورت میں ضامن سے

دوبارہ بکٹیریا پیدا کرنے میں امداد لی جا سکتی ہے۔ بکٹیریا الکوحل پیدا کرتے ہیں۔ الکوحل آسو یا ارشٹ کو درست اور عمدہ بناتی ہے۔

اشوک فارمیسی میں آسو ارشٹ کی تیاری میں سردی و گرمی سے محافظت کے لیئے درجۂ حرارت پر قابو پانے والے جدید قسم کے کنٹرولر لگائے گئے ہیں تاکہ سردی گرمی کی حدّت آسو یا ارشٹ پر اثر انداز نہ ہو سکے۔ اس ترکیب سے درجۂ حرارت ایک خاص سطح پر قائم رہتا ہے اور آسو ارشٹ عمدہ، پُرتاثیر اور غیر متعفن تیار ہوتے ہیں۔

آسو بنانے کا عام اور قدیم طریقہ

آسو بنانے کے لیئے اجزار کو خوب کوٹ کر مٹی کے بڑے مٹکے میں ہمراہ پانی گڑ یا شہد (جو مطابق نسخہ درج ہو) ڈال کر حل کریں اور اس کے منہ پر سرپوش رکھ کر مٹی سے ہی منہ بند کر دیں۔ زیادہ گرمی کے دنوں میں دو ہفتہ، معمولی گرمی میں تین ہفتہ یا ایک ماہ تک بند پڑا رہنے دیں۔ مٹکے کا مُنہ کھولنے سے پہلے مٹکے سے کان لگا کر معلوم کریں کہ اس میں کوئی آواز تو نہیں آتی۔ تبھی اسے کھولنا چاہیئے۔

مکمل و غیر مکمل کی شناخت

ڈھکنے کو ذرا سا کھول کر یکدم جلتی ہوئی دیا سلائی داخل کریں اگر بجھ جائے تو سمجھ لیں کہ خام ہے۔ اسے دوبارہ بند کر کے رکھیں۔ دیا سلائی نہ بجھنے کی صورت میں اور صاف نتھرا ہوا ہونے پر آسو ارشٹ تیار اور مکمل سمجھیں۔ بس کپڑے میں چھان کر بوتلوں میں بھر لیں۔

عام ہدایات

۱- مٹکے کو مُنہ تک ہرگز نہ بھریں بلکہ ⅓ یا ¼ حصّہ خالی رکھیں۔
۲- آسو یا ارشٹ میں ڈالا جانے والا شہد یا گڑ تازہ نہ ہو بلکہ پرانا ہو۔
۳- کاڑھا بالکل ٹھنڈا کر کے مٹکے میں ڈالیں۔
۴- وہ مٹکے استعمال نہ کریں جن میں سرکہ تیار کیا گیا ہو یا پہلے آسو ترش ہو گیا ہو۔
۵- آسو ارشٹ جس قدر پُرانے ہونگے اُتنے ہی زیادہ پُرتاثیر اور قیمتی ہو جاتے ہیں۔
۶- عمدہ و اعلےٰ آسو ارشٹ کی یہ شناخت ہے کہ وہ خوش رنگت، نِتھرے ہوئے، پتلے، شیریں اور خوشبودار ہوں، ترش آسو نامکمل ہوتے ہیں اور جلد خراب ہو جاتے ہیں۔
۷- سردی کے موسم میں مٹکے کو بھوسے میں دبا دینا چاہیئے تاکہ درجہ حرارت پیدا ہو کر خمیر اُٹھے۔
۸- اجزاء عمدہ، صاف اور غیر کرم خوردہ ڈالیں۔

ابھیا ارشٹ (بھیشج رتناولی)

اجزاء:- ہرڑ پانچ سیر، منقیٰ اڑھائی سیر- بابڑنگ آدھ سیر، گُل مہوہ آدھ سیر- پانی ڈیڑھ من پختہ میں اس قدر پکائیں کہ پانی پندرہ سیر باقی رہ جائے- اسے اُتار کر چھان لیں اور پُرانا گڑ پانچ سیر- گوکھرو، تروی، دھنیا، جڑ اندرائن، گُل دھاوا، چویہ، حب آلاس، سونٹھ، جڑ جمال گوٹہ، موچرس ہر یک دس دس تولے-

جوکوب کر کے شامل کریں اور بطریق مشہور آسو تیار کریں۔
خوراک :۔ نصف تولہ سے دو تولہ تک ہمراہ برابر وزن پانی
فوائد :۔ بواسیر خونی و ریحی، قبض دائمی و دیگر تمام امراضِ معدہ
اور امعاء کے لئے زُود اثر ہے، بیشمار آزمودہ بھی ہے۔

انگور آسو (شارنگدھر)

اجزا :۔ تازہ انگوروں کا رس ۱۶ سیر میں سوا چھ سیر کھانڈ
اور سوا چھ سیر شہد شامل کر کے ازاں بعد گُل دھاوا ایک سیر، لونگ،
جائفل، سرد چینی، مرچ سیاہ، دار چینی، الائچی خورد، تیزپات، ملکھاں،
ناگ کیسر، چھال جڑ چترک، چویہ، پیلامُول، رینوکا ہر یک پانچ پانچ
تولہ ملا کر بطریق مشہور آسو تیار کریں۔
خوراک :۔ غذا کے بعد ایک تولہ آسو میں برابر کا پانی ملا کر پلائیں۔
فوائد :۔ پُرانی کھانسی، پھیپھڑوں کی کمزوری، دمہ، گلے کے امراض،
عام جسمانی کمزوری، کمی خون، اپھارہ، بادِ گولہ اور بواسیر کے لئے مفید ہے۔
اس کے استعمال سے جسم میں تازہ اور نیا خون پیدا ہوتا ہے، قبض
رفع ہوتی ہے۔ علاوہ ازیں پھیپھڑوں کی جھلی سے چپکی ہوئی بلغم (کف)
کو دُور کرتا ہے۔

(نوٹ) آیورویدک شاستروں میں انگور آسو نام کا کوئی
آسو درج نہیں ہے۔ (مؤلف)

اشوک ارشٹ (بھیشج رتناولی)

اجزاء :- اشوک کی چھال پانچ سیر جوکوب کر کے ڈیڑھ من پانی میں اس قدر پکائیں کہ پانی ۱۶ سیر رہ جائے تب اتار لیں۔ سرد ہونے پر گڑ ۱۰ سیر، گل دھاوا چونسٹھ تولہ، زیرہ، ناگرموتھا سونٹھ، دار ہلدی، نیلوفر، ترپھلہ، مغز تخم آم، زیرہ سفید، بانسہ، صندل سفید ہر یک ۴ تولہ۔ باریک کر کے ملائیں اور حسب دستور ارشٹ تیار کریں۔

خوراک :- ۱ تولہ تا ۲ تولہ ہمراہ پانی برابر وزن

فوائد :- سوزش رحم، حیض کا درد سے آنا اور خون حیض کا زیادہ آنا۔ استقرار حمل نہ ہونا اور جملہ امراض رحم کے لئے اکسیر ہے، خون کو بند کرتا ہے نیز خونی بواسیر، بخار اور رکت پت، لیکوریا غرض تمام زنانہ امراض کے لئے بے نظیر ارشٹ ہے۔

اشوگندھا ارشٹ (بھیشج رتناولی)

اجزاء :- اسگندھ اڑھائی سیر، موصلی سفید ایک سیر، مجیٹھ، پوست ہلیلہ، ہلدی، دار ہلدی، ملٹھی، راسنا، بداری کند، ترودی، چھال ارجن، موتھاں ہر ایک آدھ سیر، اننت مول، شیاما، وریچ، چندن سرخ، چندن سفید، چترک ہر یک ۳۲ تولہ
تمام ادویہ کو جوکوب کر کے پونے تین من پانی میں پکائیں۔

جب ۳۰ سیر پانی باقی رہ جائے تب اُتار کر چھان لیں اور گل دھاوا ۴۶ تولہ - ناگ کیسر، ترکٹا آٹھ آٹھ تولہ، ترجات پرینگو ہر یک ۱۶ تولہ - کھانڈ اور شہد دس دس سیر ملا کر آسو بنا لیں۔

خوراک :- ۱ تولہ تا ۲ تولہ

فوائد :- مرگی، غشی، خفقان، ضعفِ معدہ، تپ دق، دُبلا پن عام جسمانی کمزوری اور ریحی امراض کے لئے استعمال کیا جاتا ہے۔

امرت ارشٹ (آیورویدسنگرہ)

اجزاء :- گلو اور دشمول پانچ پانچ سیر ڈیڑھ من پانی میں اس قدر پکائیں کہ پانی ۱۵ سیر رہ جائے - پھر چھان کر گڑ پرانا ۵ سیر ڈالیں - بعد ازاں زیرہ ۴۶ تولے، شاہترہ ۸ تولے، سونٹھ، مرچ سیاہ، مگھاں، ناگرموتھا، ناگ کیسر، کٹکی، اتیس، اندرجو ہر ایک ۴-۴ تولہ کوٹ کر ڈالیں اور ارشٹ تیار کریں۔

خوراک :- ۱ تولہ تا ۲ تولہ - برابر کا پانی ملا کر بعد از غذا۔

فوائد :- بخار ہر قسم، بگڑا ہوا بخار، تپ نوبتی، تپ لرزہ (ملیریا) اور عظمِ جگر و طحال کو نافع ہے، جگر اور تلی کو طبعی حالت پر لاتا ہے۔ جسم کی کمزوری اور بھوک کی کمی کو دُور کرتا ہے، ہاضم ہے۔ اشتہا پیدا کرتا ہے اور طاقت دیتا ہے۔ کمزوروں کے لئے بالخصوص جنہیں بخار کے سبب کمزوری ہو، بے حد منافع بخش ارشٹ ہے۔

ارجن ارشٹ

اجزا:- ارجن کی چھال ۵ سیر- منقیٰ اڑھائی سیر، گُل مہوہ ایک سیر- ان کو ڈیڑھ من پانی میں پکائیں- ۱۵ سیر پانی رہ جانے پر چھان لیں اور گُل دھاوا ایک سیر، گڑ ۵ سیر ڈال کر ارشٹ تیار کریں۔

خوراک:- ۱ تا ۲ تولہ - برابر کا پانی ملا کر۔

فوائد:- دل کی تمام بیماریوں (دل کی دھڑکن، دل کا بیٹھنا، دل کا کمزور ہونا) کے لئے مفید ہے۔ پھیپھڑوں کو طاقت دیتا ہے، اور ہارٹ فیل ہونے سے بچاتا ہے۔

اروند آسو (آیورویدسنگرہ)

اجزا:- کنول، خس، کمبھاری کے پھل، نیلوفر، مجیٹھ، ہرڑ، بہیڑہ، آملہ، الائچی خورد، جٹا مانسی، بلا، موتھ، اننت مول، ورچ، کچور، برگ نیل، پٹول پتر، شاہترہ، ارجن چھال، گل مہوہ، ملیٹھی ہر ایک ۴ تولہ باریک کرکے منقیٰ ایک سیر، گل دھاوا ۱۶ تولے کھانڈ ۵ سیر، شہد اڑھائی سیر، پانی ۲۵ سیر- آسو تیار کریں۔

خوراک:- بچوں کو ۱۰ بوند تا ایک چمچہ عرق سونف میں دیں۔

فوائد:- بچوں کی تمام بیماریوں مثلاً قے، اسہال، دانت نکالنے کی تکالیف، ہلکا بخار، سردرد، جسمانی کمزوری، ضعفِ معدہ اور کوا گرنا میں استعمال کرایا جاتا ہے۔ جب دودھ ہضم نہ ہو یا گلے

میں خرابی ہو تب بھی فائدہ کرتا ہے۔ بچوں کے لئے بہترین ارشٹ ہے

اُشیر آسو (شارنگدھر)

اجزاء:۔ خس، نیتر بالا، گل کنول، کنبھاری، نیلوفر، پرینگو، پدماکھ، لودھ، مجیٹھ، دھمانسہ، پاٹھہ، چرائتہ، پوست برگد (بڑ) پوست درخت گولر، کچور، شاہترہ، سفید نیلوفر، پٹول پتر، گوند سنبل پوست کچنار، پوست درخت جامن، جملہ ادویات چار چار تولہ، منقی ایک سیر۔ گل دھاوا - ۱۳ چھٹانک، کھانڈ ۵ سیر، شہد ۵ سیر، پانی ۳۲ سیر

ترکیب تیاری:۔ اوّل مٹکے کے اندر مرچ سیاہ اور بالچھڑ کی دھونی دیں۔ پھر جملہ نباتاتی اَدویہ جَوکوب کر کے اس میں ڈال حسب طریق آسو تیار کریں۔

خوراک:۔ نصف تولہ تا ۲ تولہ برابر کا پانی ملا کر بعد از غذا۔

فوائد:۔ رکت پت، یرقان (بھس)، فسادِ خون، جریان، بواسیر، امراضِ کرم اور سوتن کے لئے مفید ہے۔ خون میں بڑھی ہوئی گرمی کو اعتدال پر لا کر تسکین دیتا ہے۔

ببول ارشٹ (شارنگدھر)

اجزاء:۔ پوست کیکر ۱۰ سیر جَوکوب کر کے ڈیڑھ من پانی میں اس قدر پکائیں کہ پانی ۱۶ سیر باقی رہ جائے تب اُتار کر سرد کر لیں اور اُس میں ۵ سیر گڑ ملا کر مندرجہ ذیل ادویات کا اضافہ کریں:۔ گل دھاوا - ۶۴ تولے - پیپلی ۸ تولے - جائفل، سرچینی، لونگ،

الائچی خورد، دارچینی، تیزپات، ناگ کیسر، مرچ سیاہ ہر یک ۴ تولہ حسب دستور آسشٹ تیار کریں

خوراک:- ۲ تا ۳ تولہ برابر کا پانی ملا کر۔

فوائد:- کھانسی، دمہ، اسہال کہنہ (پرانے دست)، گلے کی خرابی، جذام (کشٹ روگ) اور مرض سنگرہنی میں نفع کرتا ہے معدہ کو طاقت بھی دیتا ہے، بلغم پیدا ہونے سے روکتا ہے۔

پپلی آسو (شارنگدھر)

اجزا:- سویز منقیٰ پورے ۴ سیر، گل دھاوا - ۱۰ چھٹانک گڑ ۱۵ سیر، پانی ۳۲ سیر، مرچ سیاہ، مگھال، چوبہ، ہلدی، چترک، ناگرموتھا، بابڑنگ، سپاری، لودھ، پٹھانی، پاٹھا، آملہ، ایلوا، لک پیپل خس، چندن سفید، کٹھ، لونگ، تگر، جٹا ماسی، دارچینی، الائچی خورد، تیزپات، پرینگو، ناگ کیسر ہر یک اڑھائی تولہ حسب معمول آسو تیار کریں

خوراک:- ۱ تا ۲ تولہ - برابر کے پانی میں ملا کر، بعد غذا دونوں وقت۔

فوائد:- حرارت ہاضمہ کو تیز کرتا ہے جس سے غذا جلد ہضم ہو کر جزو بدن بنتی ہے، قبض کشا ہے، بواسیر خونی و بادی، باد گولہ، تپ اور سنگرہنی میں اکسیر صفت ہے - یہ آسو تپ دق میں بھی دیا جا سکتا ہے۔

پُنرنواہ آسو (بھیشج رتناولی)

اجزا:- ترکٹا، ترپھلا، دارہلدی، گوکھرو، کٹائی خورد و کلاں، گلو، جڑ بانسہ، جڑ ارنڈ، جڑ اٹ سٹ، کٹکی، گج پیپل، چھال نیم، موصلی خشک،

گلو، دھمانسہ، پٹول پتر ہر ایک ۴ تولہ، گل دھاوا ۶۴ تولے، منقی ایک سیر، مصری ۱۰ سیر، شہد ۵ سیر، پانی ۳۲ سیر۔ آسو تیار کرلیں

فوائد:۔ سوزش ہر قسم بالخصوص مرض استسقا (جلودھر) میں پیدا ہونے والی سوزش کے لئے حکمی و شرطیہ دوا ہے۔ امراض جگر و تلی، باد گولہ اور سوجن میں بے حد مفید ثابت ہوا ہے۔

خوراک:۔ ۱ تا ۲ تولہ بعد از غذا دونوں وقت

جیرک آدی ارشٹ (بھیشج رتناولی)

اجزا:۔ زیرہ ۱۰ سیر ڈیڑھ من پانی میں پکائیں۔ ۱۵ سیر پانی رہنے پر چھان کر اس میں گڑ ۵ سیر، گل دھاوا ۶۴ تولہ۔ سونٹھ ۸ تولہ، جائفل، موتھاں، چترجات، اجوائن، سردچینی، لونگ ہر یک ۴ تولہ باریک کرکے ڈال کر ارشٹ تیار کریں

خوراک:۔ ایک ایک تولہ صبح و شام بعد از غذا

فوائد:۔ پرسوتی بخار، پیٹ کی گڑگڑاہٹ، اسہال، اُبکائیاں، ہاتھ پاؤں میں جلن، ہلکا ہلکا بخار، بے چینی، گھبراہٹ، بدہضمی اور زچگی کے بعد عورتوں کو بدہضمی اور ضعفِ معدہ کی جو شکایت پیدا ہو جاتی ہے۔ اس کے استعمال سے یہ سب تکالیف رفع ہو جاتی ہیں۔

چندن آسو (بھیشج رتناولی)

اجزا:۔ چندن سفید، نیتر بالا، موتھاں، کمبھاری، نیلوفر، پرینگو، پدماکھ، لودھ، مجیٹھ، چندن سرخ، پاٹھا، چرائتہ، شاہترہ

پوست بڑ، پوست پیپل، کچور، ملٹھی، راسنا، پٹول پتر، پوست کچنار، پوست درخت آم، موچرس ہر یک ۴ تولہ، گل دھاوا ۶۴ تولہ، منقیٰ ایک سیر، کھانڈ ۵ سیر، گڑ پرانا اڑھائی سیر۔ پانی ۱۵ سیر

جملہ ادویات کوٹ چھان کر حسب معمول آسو تیار کریں۔

خوراک :- ۱ تولہ تا ۲ تولہ بعد از غذا۔

فوائد :- سوزاک، جریان، پیشاب کی جلن، درد پیشاب، پیٹ پیشاب کا پیلا پن اور گدلا ہونا دُور کرتا ہے، ہاضم ہے، تسکین دیتا ہے۔ خون کو صاف کرتا اور سوزاک کا قلع قمع کر دیتا ہے۔

دشمول ارشٹ (شارنگدھر)

اجزا :- شالپرنی، پرشٹ پرنی، ہردو کنٹائی، چھال بل، گوکھرو، کمبھاری، پاڈھل، ارنی، شوناک (یہ دسوں ادویات دشمول کہلاتی ہیں) - یہ ہر یک پاؤ پاؤ - چترا، پوکھر مول ہر یک سوا سیر - لودھ و گلو ایک ایک سیر - آملہ ۶۴ تولے، دھمانسہ ۴۸ تولے، اور چھال کھیر، وجے سار، پوست ہلیلہ ہر ایک ۳۲ تولے کٹھ، مجیٹھ، دیودار، بابڑنگ، ملٹھی، بھرنگی، کتھ، پوست بہیڑہ ــــ، چویہ، اِٹ سٹ، جٹا مانسی، پرینگو، اننت مول، زیرہ سیاہ، نسوت، کچور، رینوکا، راسنا، پیپل، سپاری، ہلدی، سونف، پدماکھ، ناگ کیسر، ناگر موتھا، اِندر جو، سونٹھ، رشبک، میدہ، مہامیدہ، ککولی، کھیر ککولی، ردھی، وردھی، جیوگ ہر ایک ۸-۸ تولہ

جملہ ادویات جو کوب کر کے تین من پانی میں پکائیں جب پانی

۳۰ سیر باقی رہے تب اُتار کر چھان لیں۔
منقیٰ سوا تین سیر، ۱۳ سیر پانی میں پکائیں جب پانی ساڑھے نو سیر کے قریب باقی رہے تو اُتار کر چھان لیں اور پہلے کاڑھے میں شامل کرکے ساتھ ہی گڑ ۲۰ سیر اور شہد ڈیڑھ سیر ملا دیں۔
مندرجہ ذیل مفردات بھی سفوف کرکے داخل کریں:۔
گل دھاوا ڈیڑھ سیر، سرد چینی، نیتر بالا، صندل سفید، پیپلی جائفل، لونگ، دارچینی، الائچی خورد، تیزپات، ناگ کیسر ہر ایک ۸-۸ تولہ، کستوری ۳ ماشہ
جب ارشٹ تیار ہو جائے تب نرملی کے بیجوں کا سفوف ملائیں تاکہ گاد تہہ نشین ہو کر صاف ارشٹ نتھر آئے۔
خوراک:۔ ۱تا ۲ تولہ برابر پانی ملاکر بعد از غذا دونوں وقت۔
فوائد:۔ نروس سسٹم کی بیماریاں مثلاً لقوہ، فالج، رعشہ اور اختناق الرحم (ہسٹیریا) میں مفید ہے، اعصابی کمزوری کو دور کرتا ہے۔ باؤ گولہ، سنگرہنی، بادی امراض، یرقان، امراضِ معدہ، بواسیر، جریان، سنگ مثانہ و گردہ اور غذا میں عدم رغبت، زچگی کے بعد پرسوتی بخار اور رحم کی بیماریوں میں فائدہ بخش ہے۔ عورتوں کو از سرِنو صحت دیتا اور طاقت پیدا کرتا ہے۔

دراکشا سو (شانرنگدھر)

اجزا:۔ مویز منقیٰ ۵ سیر کو سوا من پانی میں پکائیں۔ جب ۱۵ سیر پانی باقی رہ جائے تب چھان کر سرد کرکے مٹکے میں ڈال

دیں اور مندرجہ ذیل ادویات کا سفوف داخل کریں :۔
سرد چینی، لونگ، جائفل، مرچ سیاہ، دار چینی، الائچی خورد، ناگ کیسر، پپلی، چترا، چویہ، رینوکا ہریک ۴-۴ تولہ، گل دھاوا، ۶۴ تولہ۔ شہد ۵ سیر۔ کھانڈ ۵ سیر۔
نوٹ :۔ چکنے مٹکے کو اگر چندن اور کافور کی دھونی دے کر پھر حسب معمول ارشٹ تیار کریں
خوراک :۔ ۱ تولہ تا ۲ تولہ برابر پانی ملا کر بعد غذا دونوں وقت
فوائد :۔ کھانسی، دمہ، امراض سینہ و گلو، دائمی قبض اور خرابی ہاضمہ میں نفع کرتا ہے۔ آنتوں کے کرم ہلاک کرتا ہے۔ مرض سنگرہنی باؤ گولہ، بواسیر اور امراض چشم میں بھی فائدہ کرتا ہے۔ خون پیدا کر کے وزن بڑھاتا ہے، بھوک لگاتا ہے، قبض کشا ہے۔ جسمانی کمزوری کو دور کر کے جسم میں طاقت پیدا کرتا ہے۔ پھیپھڑوں کی کمزوری کو دور کر کے انہیں مضبوط بناتا ہے۔

روہتیک ارشٹ (شارنگدھر)

اجزا :۔ روہیڑہ درخت کی چھال ۵ سیر جوکوب کر کے پانی ڈیڑھ من میں جوشائیں، جب چوتھائی پانی باقی رہ جائے تو چھان کر اس میں ۱۰ سیر گڑ ملا دیں۔ پھر حسب ذیل ادویات بھی شامل کریں :۔
گل دھاوا - ۶۴ تولہ، پیپل، چویہ، پپلا مول، چترک، دار چینی، سونٹھ، الائچی خورد، تیز پات، ہرڑ، بہیڑہ، آملہ، ہریک ۴-۴ تولہ حسب معمول ارشٹ تیار کریں۔

خوراک:۔ نصف تا ۲ تولہ برابر کا پانی ملاکر دونوں وقت بعد از غذا۔
فوائد:۔ مرض طحال (تلّی) کو دُور کرتا ہے۔ عموماً ملیریا بخار کے اُترنے کے بعد تلّی بڑھ جاتی ہے۔ اس حالت میں یہ تلّی کو گھٹا کر شفا کرتا ہے، بواسیر، سنگرہنی، یرقان، سوجن، باد گولہ میں بھی مفید ہے۔

سارسوت ارشٹ

اجزا:۔ برہمی پنچانگ ۲ سیر، بداری کند، پوست ہلیلہ، ستاور، خس، سونٹھ، سونف ہر ایک آدھ سیر۔
ان سب کو ۳۰ سیر پانی میں پکائیں۔ چوتھائی پانی باقی رہنے پر چھان کر اس میں شہد ایک سیر، مصری ۲ سیر، گُل دھاوا آدھ سیر ملادیں اور پھر حسب ذیل ادویات کا سفوف بھی ڈالیں:۔
رینوکا، تروی، مگھاں، لونگ، ورچ، کُٹھ، اسگندھ، گلو، پوست بہیڑہ، الائچی خورد، بابڑنگ، دار چینی ہر یک ۲-۲ تولہ۔
کسی چینی کے برتن میں رکھیں۔ بعد ازاں ایک تولہ سونا کے باریک ورق ڈال کر ارشٹ تیار کرلیں۔
خوراک:۔ نصف تولہ تا ۲ تولہ برابر پانی ملاکر دیں
فوائد:۔ ضعف دماغ اور نسیان (کمئ یادداشت)، امراضِ منی اور نقائصِ حیض کو رفع کرتا ہے۔ گلا صاف کرتا ہے، خوش ذائقہ اور مفرح و مسکن ہے۔ اس کے استعمال سے جوہر دماغ کو قوت ملتی ہے جس کے باعث حیرت انگیز طور پر یادداشت بڑھ جاتی ہے، طلباء وکلاء اور دماغی محنت کرنے والے حضرات کے لئے ازحد مفید ہے۔

لُکنت (ہکلاناپن) کو بھی نفع دیتا ہے۔

ساریوادی آسو (بھیشج رتناولی)

اجزاء:۔ پاٹھا، اننت مُول، موتھاں، لودھ، پوست بڑ، پوست پیپل، کچُور، اننت مُول سفید، پدماکھ، نیتر بالا، آملہ، گلو، خس، کٹکی، اجوائن، چندن سُرخ، چندن سفید ہر ایک ۴ تولہ، الائچی بڑی، کٹھ، الائچی، سنامکی، پوست ہرڑ ہر ایک ۱۶ تولہ۔ باریک کر کے ۲۵ سیر پانی میں شامل کر کے حسب معمول آسو تیار کر لیں۔

خوراک:۔ ایک تا ۲ تولہ برابر کا پانی مِلا کر بعد از غذا دیں۔

فوائد:۔ گرمی یا کسی اور موسم میں جب کہ خرابیٔ خون سے خارش اور پھوڑے پھنسیاں پیدا ہو جائیں، آتشک، نقرس اور بھگندر میں جادُو کا اثر دکھاتا ہے، پیشاب آور ہے۔ خُون کی گرمی کو کم کر کے تسکین دیتا ہے۔

کنک آسو (بھیشج رتناولی)

اجزا:۔ پنچانگ دھتورا، جڑ باسہ ہر دو ۱۶-۱۶ تولہ، ملٹھی، ناگ کیسر، کیڑی، پیپلی، سونٹھ، بھرنگی، تالیس پتر ۸-۸ تولہ سفوف کر لیں۔ گل دھاوا ۶۴ تولہ، منقیٰ ایک سیر، شہد اڑھائی سیر، کھانڈ ۵ سیر، پانی ۲۵ سیر میں مذکورہ سفوف بھی مخلوط کر کے آسو تیار کریں۔

خوراک:۔ ۱ تولہ صبح، ۱ تولہ شام بعد از غذا دیں۔

فوائد:۔ دمہ، کھانسی، سل، تپدق، رکت پت اور پُرانے بخاروں میں استعمال کیا جاتا ہے۔

کُٹج ارِشٹ (بھیشج رتناولی)

اجزا:۔ کوڑا چھال (کوڑا سک) ۵ سیر۔ منقیٰ اڑھائی سیر، گُل مہوہ، کمبھاری آدھ آدھ سیر جو کوب کر کے ڈیڑھ من پانی میں اس قدر پکائیں کہ پندرہ سیر پانی رہ جائے۔ تب گُل دھاوا ایک سیر، گڑ ۵ سیر ملا کر ارشٹ تیار کریں۔

خوراک:۔ ۱ تولہ تا ۲ تولہ برابر کا پانی یا عرق سونف مِلا کر

فوائد:۔ سنگرہنی، پیچش، بواسیر، خونی دست اور بخاروں میں اپنا اثر دِکھاتا ہے، ہاضم بھی ہے۔

کُماری آسو (شارنگدھر)

اجزا:۔ رس گھیکوار ۱۶ سیر، بُرادہ آہن (لوہے چُون) اڑھائی سیر، گُڑ ۵ سیر، شہد اڑھائی سیر۔ پانی ۱۶ سیر۔ مٹکے میں ڈال کر ذیل کی ادویات کا سفوف ڈال دیں اور حسبِ دستور آسو تیار کریں۔

مرچ سیاہ، مگھاں، سونٹھ، لونگ، چترک، پپلا مُول، ہرڑ، بہیڑہ، آملہ، بابڑنگ، گج پیپل، چویہ، ہاؤ بیر، دھنیا، سپاری، کٹکی، موتھاں، راسنا، دیودار، ہلدی، دار ہلدی، مروڑ پھلی، ملٹھی، جڑ جمال گوٹہ، پاکھر مول، کھریٹی، کنگھی، تخم کونچ، سونف، گوکھرو، ہنگویتری، عقرقرحا، تخم اٹنگن، جڑ اٹ سٹ سُرخ و سفید، لودھ، بھسم سونا مکھی ہر ایک ۲ تولہ، گُل دھاوا ۳۲ تولہ

خوراک :- ۱ تولہ تا ۲ تولہ برابر کا پانی ملا کر بعد از غذا
فوائد :- امراض طحال و جگر، یرقان، بھس، کمیٔ خون، امراض معدہ و امعاء کو مفید ہے، صرع (مرگی) جریان اور جلودھر (استسقاء) کو بھی نفع دیتا ہے۔ قوتِ جسمانی میں اضافہ ہو کر تیج بڑھتا ہے، ہر قسم کے درد، نفخ (اپھارہ) پیشاب میں شکر آنا اور قبض میں بھی مفید ہے۔

جب جگر میں صفراء (پت) کے غلبہ سے رکاوٹ پیدا ہو جاتی ہے تو صفراوی مادے کا کسی طرح اخراج نہیں ہوتا۔ صفرا کے استخراج کے دو ذرائع ہیں۔ اول پیشاب دوم پاخانہ۔ لیکن جگر میں نقص ہونے کے سبب صفراوی مادہ خارج نہیں ہو پاتا اور خون میں بسرعت شامل ہونے لگتا ہے۔ اس حالت میں مریض کو پیاس لگتی ہے اور بے چینی سی رہتی ہے کیونکہ خون صالح نہیں ہوتا۔ ان حالات میں بھی کماری آسو پورا فائدہ کرتا ہے اور جملہ امراض کو دور کرنے میں اکسیر ہے۔

احتباس الطمث (حیض کی کمی) میں بھی دیا جاتا ہے۔ اس سے حیض کی رکاوٹ کھل جاتی ہے، درد رحم میں کمی ہوتی ہے نہ خون بلا تکلیف جاری ہونے سے رحم صاف ہو کر اس سے متعلقہ دوسرے امراض بھی رفع ہو جاتے ہیں۔ کماری آسو جگر کے افعال کو درست کر کے مرض موٹاپا کو بھی دور کرتا ہے، کھانا کھانے میں رغبت پیدا کرتا ہے۔

کھدر ارشٹ (شارنگدھر)

اجزا :- گودا درخت کھیر اڑھائی سیر، برادہ دیودار۔ اڑھائی سیر، باوچی ۴۸ تولہ، دار ہلدی ایک سیر، ہرڑ بہیڑہ آملہ تینوں ایک سیر،

ان سب کو جَو کوب کر کے تین من پانی میں پکائیں۔ جب ۱۶ سیر پانی باقی رہ جائے تو چھانکر ٹھنڈا کر کے مٹکے میں ڈالیں اور شہد ۱۰ سیر، کھانڈ ۵ سیر، گل دھاوا ایک سیر داخل کر کے حسب ذیل ادویات کا سفوف شامل کریں اور حسب معمول ارشٹ تیار کریں:۔

سہر دچینی، ناگ کیسر، جائفل، لونگ، تیزپات، دالچینی، الائچی خورد ہر ایک ۴ تولہ، مگھاں ۱۶ تولہ۔

خوراک:۔ ۱ تولہ تا ۲ تولہ۔ برابر کا پانی ملا کر بعد از غذا دونوں وقت

فوائد:۔ امراض جلد میں بے حد مفید ثابت ہوا ہے۔ اسکے استعمال سے خارش ہر قسم، پھوڑے پھنسی، چھلبہری، داد چنبل دھدر، باؤگولہ پیٹ کے زخم اور رسولی، پیٹ کے کیڑے دُور ہوتے ہیں۔ غدود (GLANDS) پھُول جائیں تو اس کے پینے سے اصل حالت پر آجاتے ہیں۔

نوٹ:۔ بالعموم دوا ساز چھال درخت کھیر استعمال کرتے ہیں جو اپنا صحیح اثر نہیں دکھاتی۔ دراصل کھدر ارشٹ میں چھال کی بجائے گوُدا کھیر ڈالنا چاہیئے جس سے کتھ تیار ہوتا ہے۔

لوہ آسو (شارنگدھر)

اجزا:۔ کُشتہ آہن، سونٹھ، مگھاں، مرچ سیاہ، ہرڑ، بہیڑہ، آملہ، اجوائن، بابڑنگ، موتھاں، چترک کی جڑ کی چھال ہر ایک ۱۶ تولہ۔ گل دھاوا ایک سیر باریک کر کے چکنے گھڑے میں ڈال کر ۳۲ سیر پانی معہ شہد سوا تین سیر اور گڑ ۵ سیر شامل کر کے بند کر دیں۔

خوراک:۔ نصف تولہ تا ۲ تولہ برابر کا پانی ملا کر بعد از غذا دونوں وقت

فوائد :- یرقان، بھس، کمیٔ خون، باؤ گولہ، پرانا بخار، کھانسی، تلی و جگر کا بڑھ جانا، بھگندر، دردِ شکم میں بہت فائدہ کرتا ہے، قوت ہاضمہ کو تیز کرکے خوراک جلد ہضم کرتا ہے، خون پیدا کرتا ہے، جگر کے فعل کو درست کرکے نظام جسم کو درست بناتا ہے، جسمانی کمزوری کو دور کرکے طاقت دیتا ہے۔

وڑنگا ارشٹ (بھیشج رتناولی)

اجزا :- بابڑنگ، پیپلا مول، راسنا، کُٹج چھال، اندر جو، پاٹھا، ایلوا لک پھل، آملہ ہر ایک ۵-۵ چھٹانک سب کو کوٹ چھان کر تین من ۸ سیر پانی میں پکائیں- ۳۲ سیر پانی باقی رہنے پر چھان لیں- اور دارچینی، الائچی، تیج پات تینوں ۱۰ تولے، پرینگو، چھال کچنار، لودھ ۵-۵ تولہ، سونٹھ، مگھاں، مرچ سیاہ تینوں ۴۰ تولے، گُل دھاوا سوا سیر، شہد پونے ۱۹ سیر سب کو مٹکے میں ڈال کر بند کردیں اور حسب دستور ارشٹ تیار کرکے استعمال میں لائیں۔

خوراک :- نصف تا ایک تولہ، بعد از غذا۔

فوائد :- ہجیراں، جسم کے غدودوں کے نقائص دفع کرنے میں خاص طور پر فائدہ کرتا ہے، بھگندر، پرانے زخم، آنتوں کے کیڑے دور کرتا ہے۔

اہی فین آسو (بھیشج رتناولی)

اجزا :- شراب مہوہ ۵ سیر، افیون ۱۶ تولہ، موتھاں، جائفل، اندر جو، الائچی خورد ۴-۴ تولہ (مابعد کی چار اشیاء کا سفوف بنالو) سب کو شیشے کے برتن میں ڈال لیں۔

خوراک :- ۵ تا ۱۰ بوند ہمراہ عرق سونف ہر ۳ گھنٹہ بعد دیں۔

فوائد:- اسہال، قے، پیچش، ہیضہ، درد شکم اور بدہضمی میں دیا جاتا ہے اس کا استعمال اگر اپھارہ پیدا کرے تو قدرے سونف اُبال کر پلائیں۔

کرپور آسو (بھیشج رتناولی)

اجزا:- شراب تند درجہ اوّل ۵ سیر، کافور اعلیٰ ۳۲ تولہ۔ موتھا، الائچی، سونٹھ، اجوائن، مرچ سیاہ ہر ایک چار چار تولہ کوٹ پیس کر شیشہ کے مرتبان میں ملائیں اور ایک ماہ تک رکھیں۔

خوراک:- ۵ تا ۱۰ بوند ہمراہ عرق سونف یا عرق پودینہ۔

فوائد:- ہیضہ، اسہال، قے، پیچش، بدہضمی اور ڈکاروں میں نفع کرتا ہے۔ ہیضہ میں یہ آسو مریض کو دوبارہ زندگی بخشتا ہے۔

مرگ مد آسو (بھیشج رتناولی)

اجزا:- مرت سنجیونی سُرا (آیور ویدک شراب) اڑھائی سیر، شہد سوا سیر، پانی سوا سیر شامل کر کے کستوری ۱۶ تولہ حل کر دیں، پھر ذیل کی ادویہ کا سفوف ملائیں:- مرچ سیاہ، لونگ، جائفل، پیپل، دار چینی ہر ایک آٹھ تولہ۔ چینی کے برتن میں ایک ماہ تک رکھیں۔

خوراک:- ۳ تا ۱۰ بوند پانی میں دیں۔

فوائد:- کستوری کا یہ عمدہ نفیس اور قیمتی آسو نمونیہ، سنیات کے بخار، بیہوشی و ہیضہ میں اپنا اعجاز دکھاتا ہے، سنیات جوَر میں مریض کا دل ڈوبے تو یہ استعمال کرائیں، ہچکی دور کرتا ہے، جسم میں حرارت پیدا کرتا ہے۔ دل کی کمزوری ایک ہی خوراک سے دور ہو جاتی ہے۔

اولیہ پاک (لعوق اور معجون)

انسان فطرتاً نفاست کا طلبگار ہے۔ یہ ہر شئے میں نزاکت تلاش کرتا ہے۔ حتیٰ کہ دواؤں کے استعمال میں بھی کڑوی کسیلی اور بدذائقہ دواؤں سے نفرت کرتا ہے۔ لوگ سفوف یا گولیاں کھانے کی نسبت کوئی میٹھی لذیذ شئے کھانا پسند کرتے ہیں، چنانچہ اسی خواہش کو مدِّنظر رکھتے ہوئے اولیہ پاک بنائے گئے تھے۔ اس مطلب کے لئے مطلوبہ کاڑھول کو غلیظ کر کے اس عصارے میں کھانڈ، شہد و گڑ کی آمیزش کی جاتی ہے۔

اولیہ پاک تیار کرنے میں مطلوبہ اجزاء کو بھوننے میں اس بات کی احتیاط درکار ہے کہ وہ زیادہ بھوننے پر بیکار ثابت نہ ہوں۔ بلکہ بھوننے کے لئے نرم آنچ دیں تاکہ مفردات کے ادویاتی اثرات زائل نہ ہوں۔

آیورویدگرنتھوں میں اولیہ پاک کی تیاری کے بیان میں درج ہے کہ سفوف کی مقدار سے چار گنا کھانڈ، گڑ کی مقدار دوگنا ہونی چاہیئے۔ اور پکانے کے لئے پانی دودھ یا کاڑھا چار گنا ہونا چاہیئے۔

صحیح اور درست اولیہ پاک میں تار پیدا ہوتی ہے اور اسے انگلی اور انگوٹھے کے درمیان رکھ کر دبانے سے گڑھا سا پڑ جاتا ہے۔ اس میں خوشبو اور لذیذ ذائقہ ہوتا ہے۔ پانی میں ڈالنے سے تہہ نشین ہو جاتا ہے

اولیہ پاک ایک سال تک اپنی قوّت رکھتا ہے۔ ایسا آیورویدمیں کہا گیا ہے مگر اہل یونان معجون کی عمر اور قوت تین سال بتاتے ہیں۔ میں نے سپاری پاک اور چیون پراش اولیہ کو برائے تجربہ تین سال تک رکھا اور معلوم کیا کہ نہ تو یہ خراب ہوتے ہیں اور نہ ہی اپنی قوّت کھوتے ہیں۔ الغرض سفوف کو محفوظ رکھنے کا طریقہ معجون یا اولیہ پاک کہا گیا ہے۔

سفوف کو اولیہ پاک کی شکل میں بنانے کے لئے اس کی قوت میں بھی اضافہ ہو جاتا ہے۔

بانسہ اولیہ (یوگ رتناکر)

اجزا:۔ بانسہ ۵ سیر کو ایک من پانی میں اس قدر پکائیں کہ ۱۰ سیر پانی باقی رہ جائے، تب اُتار کر چھان لیں اور اس میں سفوف ہرڑ ۲ سیر کھانڈ ۵ سیر ڈال کر لعوق (چٹنی) کا قوام بنالیں، سرد ہونے پر ۶ تولہ شہد ملا کر چینی کے برتن میں رکھیں۔

خوراک:۔ ۶ ماشہ تا ایک تولہ ہمراہ نیم گرم پانی۔

فوائد:۔ کھانسی، دمہ، رکت پت (سیلانِ خون)، دق، امراضِ گلو، امراضِ معدہ اور امراضِ سینہ میں اکسیر صفت ہے۔

چیون پراش اولیہ

اجزا:۔ پاڈھل، ارنی، گنبھاری، پوست بل، شوناک، گوکھرو، ماش پرنی، مرگ پرنی، کٹائی خورد و کلاں، پپلی، گج پیپل، پپلامول، کاکڑا سنگھی، منقی، گلو، ہرڑ، بلا، بھومی آملہ، بانسہ، رِدھی، جیونتی،

کچوُر، جیوک، رشبھک، ناگرموتھا، پوکھر مول، کاک ناسہ، شالپرنی، میدہ، مہامیدہ، پرشٹ پرنی، بداری کند، اِٹ سِٹ، کاکولی، کھیر کاکولی، نیلوفر، الائچی، اگر، سفید چندن ہر ایک ۴ تولہ۔

سب کو جَو کوب کرکے ایک بڑی دیگ میں ۳۲ سیر پانی ڈال کر ان ادویہ کو پکائیں - اور ۵ سیر آملہ بنارسی کھدّر کی تھیلی میں کر ڈالیں جب چوتھائی پانی بقایا رہے۔ تب اُتار کر تھیلی نکالیں اور پانی کو چھان کر جُدا رکھیں۔ اب آملوں کی گٹھلیاں نکال کر کھدر کے سفید کپڑے میں مَل مَل کر اُن کا رس نکالیں۔ اس رس کو دیگ میں پہلے روغن کنجد پانچ چھٹانک آگ پر رکھ کر سُرخ کریں۔ بعد چھ چھٹانک گھی گائے ملاکر مدّہم آنچ دیں۔ جب آملوں کا رس سُرخ ہو جائے گا تب گھی چھوڑ دیگا۔ اُس وقت پہلا کاڑھا اور ساتھ ہی ۵ سیر کھانڈ یا مصری ڈال کر پکائیں جب معجون کا قوام ہو جائے تب اُتار کر ذیل کی ادویہ کا سفوف ملائیں:-

طباشیر ۱۶ تولے، مگھاں ۸ تولے، دار چینی، پترج، ناگ کیسر، الائچی ایک ایک تولہ سرد ہونے پر شہد ۸ ۴ تولے ملائیں۔

خوراک:- ۳ ماشہ تا ۱ تولہ ہمراہ دودھ گائے صبح و شام۔

فوائد:- کھانسی، دمہ، تپ دق، پھیپھڑوں کی کمزوری، سِل، تھوک کے ساتھ خون آنا، نزلہ زکام، جسمانی کمزوری، بلغم کا زور، اور گلے کی بیماریوں کے لئے مفید مشہور رسائن ہے جو کہ چیون رشی کی تیار کردہ مجرب رسائن ہے۔ اس کے استعمال سے اُن کے چہرے پر نور آگیا تھا اور اُن کا کایا کلپ ہو گیا۔ بوڑھوں کے لئے تحفہ ہے۔ جوانوں کے لئے عمدہ غذا ہے۔

نوٹ:۔ اس کی تیاری میں دیگ وکھر یا پیتل کا قلعی شدہ ہونا چاہیئے۔

سُپاری پاک (بھیشج رتناولی)

اجزا:۔ سُپاری دکھنی ۳۲ تولہ۔ الائچی خورد، تیزپات، ناگ کیسر، ترکٹا، لونگ، چندن سفید، سنبل الطیب (بالچھڑ)، آملہ، تالیس پتر، کنول گٹہ، نیلوفر، بنسلوچن، سنگھاڑہ، زیرہ سیاہ، ستاور، گوکھرو، بداری کند، گل مالتی چھ چھ ماشہ، دارچینی، کافور ۱-۱ تولہ

پہلے سپاری کا سفوف بنائیں اور دیگر ادویہ کا الگ سفوف بنائیں۔ دُودھ گائے ۲ سیر میں سپاری کا سفوف ڈال کر آگ پر رکھ کر ماوا بنائیں اس ماوے (کھوئے) میں ایک پاؤ گھی مِلا کر بھونیں سُرخ ہونے پر اڑھائی سیر کھانڈ کا قوام ڈال کر پکائیں۔ معجون کا قوام ہونے پر بقایا سفوف مِلا دیں۔

خوراک:۔ ۶ ماشہ تا ۱ تولہ ہمراہ دُودھ۔ صبح و شام قبل از غذا دیں۔

فوائد:۔ عورتوں کی تمام بیماریوں کے لئے تریاق ہے۔ رِحم کی کمزوری، جریان الرحم (سفید رطوبت کا بہنا)، اولاد پیدا کرنے کی صلاحیت نہ ہونا، حمل کی حفاظت کر کے رِحم کو مضبوط بنائے رکھتا ہے، اٹھرا، کمردرد اور عورتوں کی ہر بیماری کے لئے مؤثر ترین پاک ہے، جسم میں طاقت پیدا کرتا ہے۔ لیکوریا کی اعلیٰ دوا ہے۔

سوبھاگیہ شونٹھی پاک (بھیشج رتناولی)

اجزاء:۔ کسیرو، سنگھاڑہ، کنول گٹہ، موتھاں، زیرہ سفید، زیرہ سیاہ، لونگ، جائفل، جاوتری، چھڑیلہ، ناگ کیسر، پترج، تج، کچور، گل دھاوا، الائچی، سونف، کشتہ ابرک سیاہ دو دو تولہ، دھنیا، گج پیپل، پیپل، مرچ سیاہ، ستاور ایک ایک تولہ، سونٹھ ۱۶ تولہ، کشتہ فولاد ۲ تولہ مصری ڈیڑھ سیر، دودھ ۲ سیر، گھی ۳۲ تولے

ترکیب:۔ پہلے دودھ کا کھویا بنا کر اسے گھی میں بھون لیں۔ پھر کھانڈ کی چاشنی بنا کر سونٹھ سفوف کر کے ڈالیں۔ بعد میں دیگر ادویہ کا سفوف ملا کر پاک بنالیں۔

خوراک:۔ ۳ ماشہ تا ۶ ماشہ ہمراہ دودھ نیم گرم۔

فوائد:۔ عورتوں کی زچگی کی حالت میں یہ اپنا خاص اعجاز دکھاتا ہے۔ اس سے رحم صاف ہو کر اپنی طبعی حالت پر آجاتا ہے، درد کمر کو آرام ملتا ہے۔ وضع حمل کے بعد کی کمزوری کو رفع کر کے طاقت پیدا کرتا ہے۔ اسہال، سنگرہنی اور پرسوت کے بخار کو رفع کرتا ہے۔ مقوی رحم ہے۔ وضع حمل کے بعد عموماً وایو بڑھنے سے حرارت ہاضمہ کمزور اور سست ہو جاتی ہے۔ اس بے نظیر پاک کے استعمال سے یہ شکایت رفع ہو جاتی ہے۔ جسمانی دردوں کو بھی نفع دیتا ہے۔

کوشمانڈ اولیہ (شارنگدھر)

اجزا:۔ پیٹھا کدوکش (بیج نکال کر) ۵ سیر کو ۱۰ سیر پانی میں پکائیں۔ جب نصف پانی رہ جائے تب چھان لیں اور پانی کو علیحدہ رکھو۔ پیٹھے کو گھی میں مدھم آنچ پر خوب بھونیں۔ اور پیٹھے کے باقی ماندہ پانی کو ۵ سیر کھانڈ میں ملا کر چاشنی بنائیں اور بھونے ہوئے پیٹھے کو اس چاشنی میں ملا کر پاک بنالیں۔ پھر مندرجہ ذیل ادویہ شامل کریں:۔
پپلی، سونٹھ، زیرہ سیاہ ہر ایک ۸ تولہ، دھنیا، تیز پات، دانہ الائچی خورد، مرچ سیاہ، دار چینی ہر ایک ۲ تولہ، سرد ہونے پر شہد ۱۶ تولہ ملائیں

خوراک:۔ ۱ تولہ سے ۲ تولہ تک ہمراہ دودھ۔

فوائد:۔ سیلانِ خون، نکسیر بہنا، بخار، کھانسی، دمہ میں مفید ہے۔ احتراقِ خون یعنی خون میں بڑھی ہوئی زائد گرمی کو تسکین دے کر اعتدال پر لاتا ہے۔ کم عمری میں جو بوڑھے نظر آنے لگتے ہیں انہیں بھی قوت بخشتا ہے۔ قوتِ مردمی میں اضافہ کرتا ہے۔ امل پت یعنی ترشیٔ معدہ کے لئے بھی مفید ہے

گوکھرو پاک

اجزاء:۔ گوکھرو ایک سیر کا سفوف بنا کر اسے ۴ سیر گائے کے دودھ میں ڈال کر پکائیں۔ جب کھویا بن جائے تب

آدھ سیر گائے کے گھی میں بھون لیں۔ سرخی مائل ہو جانے پر تین سیر کھانڈ کی چاشنی میں کھویا ڈال کر ۱۲ تولے بھنگ کے پتوں کا سفوف ڈال دیں۔ پھر خوب ہلا کر حسب ذیل ادویہ کا سفوف شامل کریں:- جاوتری، لونگ، مرچ سیاہ، گوند سنبل، ناگر موتھا، آملہ، سمندر سوکھ، لودھ پیٹھانی، بیج دھتورہ سیاہ شدھ، تیز پات، ہلدی، مگھاں، دار چینی، الائچی خورد، ناگ کیسر، تخم کونچ، تخم کرنجوہ ہر ایک سوا تولہ۔

خوراک:- ۶ ماشہ تا ۱ تولہ صبح و شام ہمراہ دودھ دیں۔

فوائد:- ویرج کے نقائص دُور کرتا ہے۔ پانی جیسے پتلے ویرج کی اصلاح کر کے گاڑھا کرتا ہے اور اسے قابلِ اولاد بناتا ہے، جریان اور سرعت انزال کو ختم کرتا ہے، امساک پیدا کرتا ہے، مردانہ طاقت میں اضافہ کرتا ہے۔ از کار رفتہ نوجوانوں کے لئے بے حد کامیاب اور مجرب دوا ہے، عین وقت پر ندامت سے بچا کر سرور و نشاط کی گھڑیوں میں اضافہ کرتا ہے، سرور بخش پاک ہے۔

موصلی پاک (یوگ چنتامنی)

اجزا:- موصلی سفید، ثعلب مصری ہر ایک ۱۰ تولہ، گوند کیکر، گوند بھمبری ہر ایک ۵ تولہ، چاروں مغز، مغز بادام نصف نصف چھٹانک، جائفل، جاوتری، الائچی خورد، ناگ کیسر، کشتہ قلعی، کشتہ مونگا ہر ایک ۳ ماشہ۔ گھی ۲۰ تولہ۔ کھانڈ ایک سیر۔

گوندیں گھی میں بھون کر سرخ کرلیں۔ بعد میں باقی ادویہ کوٹ چھان کر شامل کریں۔ اور کھانڈ کی چاشنی بنا کر معجون بنالیں۔

خوراک:۔ ۱ تولہ تا ۲ تولہ ہمراہ شیر گاؤ۔

فوائد:۔ جریان، احتلام، سرعت انزال، ضعفِ باہ کو دور کرتا ہے، ویرج کو خوب گاڑھا کر کے قابلِ اولاد بناتا ہے۔ جسم میں طاقت پیدا کر کے جسم کو فربہ و مضبوط بنانے میں بہتر ثابت ہوا ہے، ویرج کی خرابیوں کو دور کر کے اُن کی اصلاح کرتا ہے۔

مدن آنند مودک (رس راج سندر)

اجزا:۔ کشتہ فولاد۔ رس سیندھور، گندھک شدھ، سہاگہ شدھ، کشتہ ابرک سیاہ، لونگ، جٹا مانسی، آملہ، سونٹھ، مرچ سیاہ، کٹھ، مگھاں، ثعلب مصری، زیرہ سیاہ، زیرہ سفید، جالفل، جاوتری، دارچینی، تیزپات، ملٹھی، ورچ، ہلدی، دیودار، سمندر پھل، بھرنگی، ناگ کیسر، کاکڑا سینگی، تالیس پتر، چترک، مشک کافور، کھرینٹی، کچور، کنگھی، مویز منقیٰ، دھنیا، گج پیپل، نیتر بالا، موتھاں، اسگندھ، ستاور، بداری کند، کونچ کے بیج ہر ایک ۱۰ تولہ۔ موصلی سنبل ڈیڑھ سیر، برگ بھنگ ۳ سیر، کھانڈ تمام سفوف سے دوچند۔

ترکیب:۔ اوّل رس سیندھور کو کھرل میں باریک کر کے گندھک شامل کریں۔ کشتہ فولاد اور کشتہ ابرک سیاہ بھی داخل کریں۔ باقی سب ادویات کا سفوف بنا کر یک جا رکھیں۔ اور مطلوبہ کھانڈ کی

چاشنی تیار کر کے مذکورہ بالا ادویہ کے ہمراہ معجون تیار کریں۔

خوراک:۔ ایک ماشہ تا ۳ ماشہ ہمراہ دودھ۔

فوائد:۔ مادۂ تولید کو گاڑھا کر کے جریان، احتلام اور سرعت انزال کو دور کرتا ہے۔ قوتِ باہ کو بڑھاتا ہے۔ حرارت ہاضمہ کو تیز کرتا ہے، مقوّی بدن ہے۔ عورتوں کے بانجھ پن کو مفید ہے، رحم کو درست اور مضبوط بنا کر استقرارِ حمل کی طاقت و صلاحیت بخشتا ہے۔ یہ پاک مدن (کام دیو) کا آنند دینے والا ہے اور نامردی کو بھی دور کرتا ہے۔

کثرت جماع کی وجہ سے نروس سسٹم (اعصابی نظام) میں کمزوری سے اعضاء میں بے حسی واقع ہو جاتی ہے اس لئے قدرتاً نفسیاتی نامردی یعنی (PSYCHOLOGICAL IMPOTENCY) کی علامات بھی ظاہر ہو جاتی ہیں۔ اس حالت میں جنسی قربت کی خواہش قطعی طور پر ختم ہو جایا کرتی ہے۔ اس مرضِ نامراد کا عمدہ علاج یہ ہے کہ سدّھ مکردھوج، مدن آنند مودک کے ہمراہ دیں۔

یہ بے نظیر قیمتی مرکب نروس سسٹم کو درست کر کے طاقت دیتا ہے، کمزور پٹھے چستی سے کام کرنے لگ جاتے ہیں۔ اس سے عضوِ مخصوص میں تندی و تیزی پیدا ہو جاتی ہے۔ مسلسل استعمال سے سرعت انزال کی شکایت ہمیشہ کے لئے دور ہو جاتی ہے اور طبعی امساک (NATURAL RETENTION) پیدا ہو جاتا ہے۔

بادام پاک

اجزاء:۔ مغز بادام شیریں، گھی ایک ایک سیر۔ دُودھ گائے، مصری چار چار سیر۔ کیسر، جاوتری، جائفل، سونٹھ، مرچ سیاہ، مگھاں، لونگ، دارچینی، تیزپات، الائچی خورد، بڑی گند، رس سندھور، ابرک بھسم، لوہ بھسم، کشتہ قلعی ہر ایک ۱ تولہ۔

ترکیب:۔ اوّل مغز بادام پانی میں بھگو کر چھلکا اُتار لیں اور انہیں باریک کر کے پیٹھی بنالیں۔ اب اسے دُودھ میں شامل کر کے آگ پر رکھیں اور کھویا تیار کر لیں۔ بعدازاں مصری کی چاشنی بنا کر کھویا اور مذکورہ بالا ادویہ شامل کریں۔

نوٹ:۔ رس سندھور کو خوب کھرل کر کے شامل کریں۔

خوراک:۔ ۲ تا ۳ تولہ کھا کر اُوپر سے ایک پاؤ دودھ گاؤ پئیں۔

فوائد:۔ یہ بادام پاک دماغی طاقت کے لئے بے نظیر اور قابلِ تعریف ہے۔ دماغی کام کرنے والے مثلاً طلباء، وکیل، ڈاکٹر ہمیشہ اس کے محتاج رہتے ہیں۔ کیونکہ یہ پاک جوہر دماغ اور حرام مغز کی خشکی دُور کر کے طراوت لاتا ہے، یادداشت بڑھاتا ہے، نگاہ کو تیز کرتا، روشنی بڑھاتا اور دِل کو طاقت دیتا ہے، دماغی تکان دُور کرتا ہے۔ سوچنے کی طاقت بڑھاتا ہے، ویرج پیدا کرتا ہے۔ دل دماغ کے علاوہ جسم میں چربی پیدا کر کے جسم کو بے حد طاقتور بناتا ہے۔ یہ پاک، غذا کی غذا ہے اور دوا کی دوا۔

پارہ کی ماہیّت اور اوصاف

نام :- سنسکرت نام - پارہ ٭ اُردو ہندی - پارہ ٭ فارسی میں سیماب اور انگریزی میں مرکری کہتے ہیں -

آیورویدمیں پارہ کی چار قسمیں درج ہیں - سفید، سُرخ، زرد اور سیاہ - ان میں اوّل الذکر قسم دستیاب ہوتی ہے - موخر الذکر قطعی ناپید ہے - لہٰذا پارہ سفید ہی عام طور پر استعمال کیا جاتا ہے - پارہ کی قدر و اہمیّت اور فضیلت کے ضمن میں آیوروید گرنتھوں میں نہایت تفصیل کے ساتھ ذکر کیا گیا ہے مگر یہاں صِرف اُس کے مفید مطلب خلاصے کو ہی مدِّ نظر رکھا گیا ہے -

پیچیدہ و کہنہ امراض میں جہاں عام ادویاتی مرکبّات بے کار ثابت ہوتے ہیں وہاں پارہ کا مفرد یا مرکب استعمال کثیر نفع دیتا ہے اور مرض کو بیخ و بنیاد سے ختم کر دیتا ہے -

آیوروید طریقۂ علاج یہ ہے کہ تشخیص کے بعد دوا تجویز کرنے سے پیشتر یہ جائزہ لینا چاہیئے کہ دوا کے اندر دفعیۂ مرض کے لئے کون کون سے کارگر اور سُود مند رس (ذائقے) موجود ہیں -

تفصیل چھ رسوں کی یوں ہے :-

مدُھر	(۱)	شیریں	لون	(۳)	نمکین
امل	(۲)	تُرش	کٹو	(۴)	تلخ

ے MERCURY

تِکت (۵) چرپرا کشائے (٦) کسیلا

متذکرہ بالا رسوں کو تنہا یا کسی دُوسرے رَس میں آمیزش کر کے مختلف خِلطوں کے بگاڑ دُور کیئے جاتے ہیں۔ اِن رَسوں کو ایک دُوسرے میں جُدا جُدا ترکیبوں سے باہم ملا کر وایُو، پِت اور کف کے بگاڑ اور تمام امراض دُور کیئے جا سکتے ہیں۔ اِن رَسوں کی مختلف مجموعی صُورتوں کی کُل تعداد ٦٣ ہے۔

اِس کے مرکبات تینوں خِلطوں یا اِن کی مِلی ہوئی شکل سے پیدا ہونے والے امراض میں شافی ہوتے ہیں۔

تعجّب کی بات ہے کہ یہ چھ رس پارہ کے اندر موجود ہیں جو تینوں خِلطوں کی بے اعتدالی سے پیدا شُدہ امراض اور نقائص میں مؤثر و مفید ثابت ہوتے ہیں۔ کسی مرض کا ظہور پذیر ہونا محض کسی خِلط وایُو، پِت یا کف کی کمی و بیشی پر ہی مبنی ہے اور مرض کا سبب یہی بنیادی نکتہ ہوتا ہے ــ چونکہ پارہ اِن تینوں خِلطوں کو دُرست حالت پر لانے کی صلاحیّت رکھتا ہے اِس لئے یہ ہر مرض کے لئے خواہ وُہ کسی بھی سبب سے کیوں نہ ہو ہر حالت میں تیر بہدف ہوتا ہے اور پارے کا سب سے بڑا یہی وصف ہے۔

آیورویدکے قابل ترین ماہرینِ فن نے پارے کے متعلق اس کے سربستہ رازوں کو بے نقاب کرنے کے لئے زندگی بھر تجربے کیئے اور اسے مختلف سنسکاروں کے ذریعے بہتر، کارآمد اور زیادہ پُراثر بنانے کی کوشش کی۔ پارہ کے جہاں اِتنے اَوصاف اور اعلےٰ اثرات اظہر من الشمس ہیں وہاں ماہرینِ آیوروید نے اِس کے اندر سات قسم کے

نقائص بھی دریافت کئے ہیں جو درجِ ذیل ہیں :-
۱- مل - ۲- وِشس - ۳- اگنی - ۴- گری - ۵- چپلتا-
۶- بنگ - ۷- ناگ -

اب اِن نقائص کے بداثرات کی تفصیل یوں ہے کہ مَل غشی پیدا کرتا ہے - وِشس سے موت واقع ہوتی ہے - اگنی سے جسم میں جلن ہونے لگتی ہے - گری سے سکتہ لاحق ہوتا ہے، چپلتا سے ویرج ضائع ہوتا ہے، بنگ سے کوڑھ اور ناگ سے نامردی پیدا ہوتی ہے۔

پارہ کو جملہ نقائص سے مبرّا اور بے عیب کرنے کے لئے اِسے شُدّھ کیا جاتا ہے۔ شُدّھ کیا ہوا پارہ خوردنی طور پر مستعمل ہوتا ہے۔ اگر پارہ کو صاف کئے بغیر ادویات میں شامل کیا جائے گا تو پارہ کے اندر مذکورہ عیب بدستور موجود رہیں گے اور فائدہ کی بجائے شدید نقائص کا باعث ہوگا۔

پارہ کے تمام تر نقائص اور آلودگیوں کو دُور کرنے کے لئے ماہرین نے اِس کے آٹھ سنسکار تجویز کئے ہیں - ان میں سویدن، مردن، مورچھن، اُتھاپن، پاتن، بودھن، نیمن، سندیپن قابلِ ذکر ہیں -

بین السطور تدابیر سے شُدّھ کیا ہوا پارہ نقائص سے پاک صاف ہو کر قابلِ استعمال ہو جاتا ہے۔ جب بھی کسی دوا میں پارہ کا استعمال کیا جائے اِسے کسی ترکیب سے شُدّھ ضرور کر لینا چاہیئے تاکہ ضرر کا احتمال نہ رہے۔ شُدّھ کیا ہوا پارہ رسوں کے ساتھ پُورا فائدہ کرتا ہے۔ اور گرنتھوں میں رسوں کی لکھی ہوئی تعریفوں اور اوصاف کو ظاہر کر دیتا ہے۔ گرنتھوں میں لکھے سنسکاروں کے مطابق پارہ کو بڑی مقدار

میں شُدھ نہیں کیا جاسکتا۔ پھر وہ سنسکار بڑے محنت طلب ہیں۔

پارہ شودھن

پارہ شودھن کا بہتر طریقہ یہ ہے کہ اسے شنگرف سے لے کر نمک اور رس لیموں میں خوب کھرل کریں۔ حتیٰ کہ اس میں سیاہی قطعی طور پر باقی نہ رہے۔ بعدازاں پارہ کو پانی میں دھوکر دوبارہ کھرل کریں اور رس لیموں و نمک ڈالیں تاکہ بقایا سیاہی نکل جائے۔ اسی طرح جب تمام سیاہی ختم ہو جائے تب اسے پانی میں دھولیں۔ بس اب پارہ شُدھ اور قابلِ استعمال ہے اور بلا خوف وخطر معمولات میں لایا جا سکتا ہے کیونکہ اب اس کے نقائص (دوش) دُور ہو گئے ہوتے ہیں۔

گرنتھوں میں پارہ کے ساتھ گندھک (جارن) اُڑانے کا خاص ذکر ہے۔ پارہ کو گندھک کے برابر یا پارہ سے سہ گُنا، چار گُنا یا اس سے زیادہ تناسب سے گندھک ملا کر اُڑائی جاتی ہے۔ پارہ کے ساتھ جتنی زیادہ گندھک ملائی جائے گی، پارہ اُتنا ہی زیادہ اکسیر صفت اور سریع التاثیر (جلد اثر دکھانے والا) ہوگا۔ نیز اس کی مقدار خوراک میں بھی کمی ہوگی۔ کیونکہ طاقت بڑھانے سے دوا کی مقدار بھی کم ہوگی۔

پارے کو ادویاتی طور پر شامل کرنے کے لئے اسے تنہا یا دیگر مرکبات کے ساتھ ملا کر گندھک ڈال کر کجلی بنائی جاتی ہے۔ اس کجلی کو آتشی شیشی میں ڈال کر بالو کا جنتر میں پکایا جاتا ہے اور اس ترکیب سے سندھور بنتا ہے۔ پارہ کو صرف گندھک یا دیگر دھاتو (معدنیات) کے ساتھ کجلی کر کے پرپٹی بنا کر عمل میں لایا جاتا ہے۔

پارہ خارجی و داخلی ہر دو صورتوں میں کام آتا ہے۔
خارجی طور پر اسے رسکپور، دار چکنا وغیرہ زہروں اور مرہموں میں ملا کر بطور جراثیم کُش معاون دوا استعمال کیا جاتا ہے۔
شُدھ پارہ جسم کا کایا کلپ کرتا ہے، جسم کو توانا، مضبوط اور صحتمند بناتا ہے، عمر دراز کرتا ہے، سر تا پا تمام امراض میں فائدہ کرتا ہے۔
پارہ کو کیمیا گری کے عمل میں بھی لایا جاتا ہے۔ کیمیا گر اس کی مدد سے تانبے کو سونا بنانے کا کام لیتے ہیں۔ اپنی اعلےٰ صفات کے لحاظ سے پارہ بذاتِ خود سونا ہے۔

کُپی پکو رس رسائن بنانے کا طریقہ

کُپی پکو (بذریعہ آتشی شیشی) رسائن تیار کرنے کے لئے ایک خاص قسم کی بھٹی کے باؤ کا جنتر اور آگ دینے کی مدت، شیشے کے دہانے پر ڈاٹ لگانا اور شیشی کو توڑنے کے لئے خاص معلومات درکار ہیں۔ چونکہ بلا واقفیت یہ رسائن تیار نہیں ہو سکتے۔ لہٰذا تفصیل حسب ذیل ہے:۔
ترکیب:۔ کُپی پکو رسائن تیار کرنے کے لئے جو مخصوص بھٹی تیار کی جائے وہ کسی کشادہ، ہوادار اور اونچی چھت والے کمرے میں ہونی چاہیئے تاکہ دھواں باآسانی نکل جائے اور بارش وغیرہ کی وجہ سے طریق عمل میں کوئی رکاوٹ نہ پڑے۔ بھٹی زمین کے اندر

آٹھ دس اِنچ کا گہرا گڑھا کھود کر اُس کے اُوپر تیار کریں جس کے نیچے ایندھن کافی مقدار میں مسلسل جلایا جا سکے۔ اس کے اُوپر کے حصّہ میں بالو کا جنتر رکھ کر رسائن کو پکانا ہوتا ہے اس لئے ۹ انچ نیچے لوہے کی دو تین مضبوط سلاخیں گاڑ دیں تاکہ اُس پر بالو کا جنتر کو قائم کیا جا سکے۔

کپی پکور رسائن تیار کرنے کے لئے بھٹی کا نمونہ

بالو کا جنتر

مٹی یا لوہے کی ہنڈیا جو کہ بھٹی کے اندر آ جائے اور اِس کے چاروں طرف ایک ایک اُنگل دیوار خالی رہے تاکہ نیچے کی آنچ چاروں طرف یکساں لگتی رہے۔ مٹی کا برتن ہونے کی صورت میں اِس کے پیندے میں تقریباً ایک اِنچ قطر کا سوراخ کر لیں اور اس کے اُوپر ابرک کا ٹکڑا

رکھ دیں تاکہ ریت نیچے گرنے کا احتمال نہ رہے، نیز بھٹی کی آنچ برابر لگتی رہے۔ آتشی شیشی کے چاروں طرف ریت بھر دی جاتی ہے، اسی عمل کا نام بالو (ریت) کا جنتر ہے۔

آتشی شیشی کا عمل

اِس مقصد کے لئے انگریزی شراب کی بوتل یا آتشی شیشی جس میں قریباً ایک سیر پانی آجائے، کام میں لائی جاتی ہے۔ اسے استعمال کرنے سے پیشتر چکنی مٹی کے ساتھ کپڑے کو تر کرکے سات بار کپڑ مٹی (گِل حکمت) کیا جاتا ہے تاکہ آتشی شیشی بالو کا جنتر میں مسلسل آگ کی تیز گرمی کو برداشت کر سکے۔ اب مطلوبہ رس رسائن کے اجزاء لے کر خشک کر لیں اور آتشی شیشی میں ڈال کر بالو کا جنتر میں رکھیں۔ اس کے بعد آتشی شیشی کے منہ پر کارک لگا دیں۔ کارک لگانے کا مطلب یہ ہے کہ اس میں ریت نہ پڑے۔ پھر اس کے چاروں طرف ریت بھر دیں۔ اب اسے بھٹی پر رکھ کر آنچ دیں۔ آنچ پہلے نرم رکھیں، جس سے بالو کا جنتر گرم ہو کر گندھک کا دھواں اُٹھنے لگے۔ قریباً چھ گھنٹے میں گندھک پگھل جاتی ہے، تب آگ کچھ تیز کر دیں۔ جب دھواں زیادہ نکلنا شروع ہو اُس وقت لوہے کی سلاخ کو آگ میں تپا کر شیشی کے مُنہ میں ڈال کر اجزاء کو دیکھتے رہیں، گندھک کے پگھلنے پر شیشی کے مُنہ پر گندھک شعلہ کی صورت میں جلتی رہے گی۔ اگر شعلہ اُٹھتا رہے تو آگ کو مزید تیز کریں گندھک جل جانے پر یہ شعلہ بجھ جائے گا اور تھوڑا تھوڑا دھواں نکلتا رہے گا۔ تب آگ اور تیز کر دیں۔ علاوہ ازیں شیشی کے مُنہ کو لوہے کی

گرم سلاخ سے صاف کرتے رہیں۔
(نوٹ) لوہے کی سلاخ سے آتشی شیشی میں پڑی ہوئی ادویات کو بار بار نہیں ہلانا چاہیئے۔ صرف شیشی کے منہ کو ہی صاف کرتے رہیں۔)
جب گندھک قطعی ختم ہو جائے تو سمجھ لیں کہ رسائن کا عمل ختم ہونے کے قریب ہے۔ اُس وقت شیشی کے منہ میں سے اندر دیکھنے پر نیچے سُرخی مائل رسائن نظر آنے لگے گی۔
تب چاک یا اینٹ کے ڈاٹ سے شیشی کا منہ بند کر دیں۔ اس کے بعد اسے ۳۶ گھنٹے تک تیز آنچ پر پکنے دیں۔ آنچ بند کرنے کے ۲ دن بعد جب بالُو کا جنتر سرد ہو جائے۔ تب آتشی شیشی نکال کر کپڑ مٹی (گل حکمت) علیحدہ کریں۔

آتشی شیشی کو توڑنا

اِس کے لئے شیشی کے درمیان چاروں طرف سُوت کو مٹی کے تیل میں بھگو کر باندھیں اور آگ لگا دیں۔ جب تیل جل جائے تو سُوت کی جگہ پانی کی دو تین بوندیں ٹپکائیں۔ اِس سے شیشی کے دو حصے ہو جائیں گے۔ بالائی حصہ پر لگی ہوئی دوا رسائن ہوگی۔

سِدّھ مکردھوج

اجزا:- پارہ شُدّھ ۸ تولہ، ورق سونا ۱ تولہ، گندھک شُدّھ ۱۶ تولہ
ترکیب:- اوّل پارہ اور ورق سونا دونوں کو تین روز تک رس لیموں

میں خُوب کھرل کریں اور ہر روز صُبح نمک سیندھا ۱ تولہ شامل کر دیا کریں۔ چوتھے روز اسے چار پانچ بار پانی سے دھوڈالیں تاکہ لیموں اور نمک کی تُرشی دُور ہو جائے۔ تب گندھک شامل کر کے کجلی بنائیں۔ اب اِس تیار شُدہ کجلی کو سُرخ کپاس کے پھُولوں کے رس اور گھیکوار کے رس میں تین روز تک بھاونا دیں۔ پھر خُشک ہونے پر آتشی شیشی میں ڈال کر بذریعہ بالُو کا جنتر سندھور تیار کریں اور تہہ نشین ہونے والا سونا لے کر حسب معمول کُشتہ تیار کر کے سندھور حاصل کردہ میں شامل کرلیں بس سِدھ مکردھوج تیار ہے۔

(نوٹ) کُشتہ سونا بنانے کی ترکیب کُشتہ جات کے بیان میں پڑھیں

پرانے گرنتھوں میں پارے کو بھبھوکشت (ایک خاص ترکیب) کر کے مکردھوج بنانے کا طریقہ درج ہے اور ان کا دعوٰے تھا کہ بھبھوکشت پارے کے ہمراہ سونے کی آمیزش کرنے سے جو مکردھوج تیار ہوتا ہے اِس میں سونا سندھور کے ساتھ ہی اُوپر اُڑ جاتا ہے۔ مگر موجودہ زمانے میں پارہ کو بھبھوکشت کرنے کا طریقہ عقدہُ لاینحل ہے۔ مزید برآں پارہ کا مذکورہ ترکیب سے تیار نہ ہونا اور سونے کا پارہ کے ساتھ اُڑ کر اُوپر لگ جانا بھی ناممکن امر معلوم ہوتا ہے۔ نئی تحقیقات کی روشنی میں پارہ جس درجہ حرارت پر اُڑ جاتا ہے سونا اُس درجہ حرارت پر پگھلتا بھی نہیں۔ اِس تجربہ سے صاف ظاہر ہے کہ باوجود آیوروید گرنتھوں کے یہ دعوٰی و ترکیب بھبھوکشت مہمل اور کمزور سی ثابت ہوتی ہے۔

ہماری متذکرہ بالا ترکیب سے جو سونا قدرے گدھک کے ہمراہ آمیزش شدہ شکل میں کپی کے پیندے میں تہہ نشین رہ جاتا ہے وُہ مکمل کُشتہ کی شکل میں ہرگز تبدیل نہیں ہوتا لہٰذا از روئے قاعدہ یہ تہہ نشین خام سونا کسی حالت میں بھی قابلِ استعمال برائے خوردنی واجب نہیں ہے۔

لہٰذا بہتر اور صحیح طریقہ یہی ہے کہ تہہ نشین سونے کو سِدّھ مکر دھوج میں ملانے سے پہلے حسب معمول کُشتہ تیار کرنا ضروری ہے۔ اس درست ترکیب سے تیار شدہ سِدّھ مکر دھوج اپنا پُورا کمال دِکھاتا ہے۔

خوراک:۔ ½ رتی تا ایک رتی ہمراہ مکھن، شہد یا بالائی۔ اُوپر سے دُودھ دیں۔

فوائد:۔ اعضائے رئیسہ و شریفہ کو بے حد طاقت بخشتا ہے۔ دِل، دماغ، جِگر، معدہ، گردہ، مثانہ، پھیپھڑے اور اعصاب کو تقویت دیتا ہے۔ صالح خُون پیدا کرتا ہے، قوتِ یادداشت بڑھاتا ہے۔ آنکھوں کی روشنی کو تیز کرتا ہے۔ کمزور جسم کو طاقتور اور توانا بناتا ہے۔ جسم میں ناکارہ ٹشوؤں (TISSUE) کی جگہ نئے کارآمد ٹشو پیدا کرتا ہے۔ بیماری کے بعد کی کمزوری، دُبلاپن، زردی، خون کی کمی، اور اعضائے جسمانی کی سُستی کو دُور کر کے چستی و چالاکی پیدا کرتا ہے۔ قوّتِ باہ بڑھاتا ہے، کمزور مردوں کے لئے تحفہ ہے۔

یہ رسائن مشہور ٹانک ہے آیورویدک گرنتھوں میں اس کی بہت تعریف لِکھی گئی ہے۔ اس کے استعمال سے جسم کا کایا کلپ (اعادۂ شباب)

ہو جاتا ہے، چہرے کی مردنی اور زردی کی بجائے تازہ خون کی سرخی وشادابی جھلکنے لگتی ہے، بوڑھوں کو جوان اور جوانوں کو مضبوطِ جسم اور شیر مرد بنانے میں یہ رسائن ہمہ صفت موصوف ہے۔ انسانی جسم میں سونے کی کمی کو پورا کر کے نئی زندگی کا پیام لاتا ہے۔ نروس سسٹم (نظامِ اعصاب) کی بیماریوں کو دور کر کے اعصاب کو طاقتور بناتا ہے، نزلہ زکام دور کرتا ہے، گردہ ومثانہ کو طاقت دے کر کثرتِ پیشاب کو روکتا ہے۔ زندہ رہنے کی خواہش کو ابھارتا ہے۔ موسمِ سرما میں اس سدھ رسائن کا استعمال سال بھر کے لئے انسانی جسم کو تندرستی وصحت کا بھرپور جام بخشتا ہے ؎

مئے رنگین تھا سادہ پانی بھی
ہائے کیا چیز تھی جوانی بھی
(جوش)

رس سندھور

اجزاء:- پارہ شدھ ۱۶ تولہ، گندھک شدھ ۱۶ تولہ

ترکیب:- پارہ وگندھک کی کجلی تیار کر کے اسے رس گھیکوار میں بھاونا دیں اور خشک ہونے پر آتشی شیشی میں ڈال کر بالو کا جنتر سے رس سندھور تیار کریں۔

نوٹ:- رس سندھور بنانے کے لئے پارہ کے وزن سے دوگنا یا چار گنا گندھک ڈال کر جو رس سندھور تیار کیا جاتا ہے، وہ نہایت جلد اثر کرنیوالا ہوتا ہے نیز اسکی مقدار خوراک بھی قلیل ہوگی۔

خوراک:- ایک تا ۲ رتی ہمراہ شہد مکھن یا بالائی

فوائد:- چونکہ یہ رسائن ہے لہذا مختلف امراض میں تنہا یا دیگر

ادویہ کے ہمراہ شامل کرکے دِیا جاتا ہے۔

بلغمی و ریحی امراض میں خصوصیت سے فائدہ کرتا ہے۔ جراثیم کُش رسائن ہے۔ جسم میں قوتِ مدافعت (کسی بیماری کا مقابلہ کرنے کی طاقت) پیدا کرتا ہے۔ چھوت دار بیماریوں میں سود مند ہے۔ کمزوری، ناطاقتی، دمہ، کھانسی، تپ دِق، غشی، دِل دھڑکنا، دِل کا کمزور ہونا، جریانِ منی، احتلام، سُرعت، منی کا پتلا و کمزور ہونا، نیز عورتوں کے امراضِ رِحم وغیرہ میں عام دِیا جاتا ہے۔

مَل سندھور

اجزاء: سنکھیا سفید شُدھ ۵ تولہ، پارہ شُدھ ۱۰ تولہ گندھک شُدھ ۱۰ تولہ۔

ترکیب: پہلے پارہ اور گندھک کی کجلی تیار کریں۔ بعد میں سنکھیا مِلا کر ۶ گھنٹے تک خوب کھرل کرکے رس گھیکوار کی بھاونا دیکر خشک کرکے آتشی شیشی میں ڈال دیں اور بالو کا جنتر سے سندھور بنائیں۔

احتیاط: سنکھیا کا دُھواں آنکھوں کو ناکارہ بنا دیتا ہے۔ لہٰذا اِس سے بچاؤ کے لئے یہ عمل کسی کھُلی ہوا دار جگہ پر کریں، تاکہ دُھواں آنکھوں کو نقصان نہ پہنچائے۔ جب گندھک کا دُھواں بند ہوکر سنکھیا دُھواں دینے لگے تب گرم سلائی سے شیشی کے منہ کو صاف کرتے رہیں تاکہ شیشی کا منہ بند نہ ہو جائے۔ کالے رنگ کا چمکدار سندھور تیار ہوگا۔

خوراک :- ۱/۴ رتی تا ۱/۲ رتی ہمراہ شہد یا بالائی۔
فوائد :- کھانسی، دمہ، سنپات جور، مرگی، پاگل پن، دماغی وریحی امراض، گنٹھیا، جوڑوں کا درد (وجع المفاصل)، انفلوئنزہ، نمونیہ اور بلغمی بخار میں شفا دیتا ہے۔ خون میں ملے ہوئے زہریلے مواد کو بذریعہ عروق و پاخانہ خارج کرتا ہے، بلغم خشک کرتا ہے اور آتشک میں بھی مفید ہے۔ آتشک اور خرابی خون کے باعث جسم پر گانٹھیں یا چکتے پڑ گئے ہوں تو انہیں بھی بآسانی دور کرتا ہے۔

تامر سندھور

ترکیب :- برادہ تانبہ ۱۰ تولہ، شدھ پارہ ۲۰ تولہ، شدھ گندھک ۲۰ تولہ۔ ان کو کھرل میں ڈال کر کجلی تیار کریں بعدازاں اس کو رس گھیکوار میں کھرل کر کے خشک کر لیں اور آتشی شیشی میں ڈال کر بذریعہ بالو کا جنتر پکا کر سندھو تیار کریں۔ شیشی کے منہ پر سندھو لگ جائے گا اور تانبہ شیشی کے پیندے میں لگ جائے گا اب اسے مزید سات پٹ دے کر اعلیٰ قسم کا کشتہ تانبہ تیار کیا جا سکتا ہے، شیشی کے منہ پر لگا ہوا سندھور تامر سندھور ہے۔
خوراک :- ۱/۴ رتی تا ۱ رتی ہمراہ گھی یا شہد۔
فوائد :- تامر سندھور جگر کے پرانے امراض و خرابی جگر سے پیدا شدہ آنتوں کی کمزوری میں خاص طور پر مفید ہے، جراثیم کش ہے لہذا آنتوں کے کیڑوں کے لئے تیر بہدف ہے۔ فساد خون،

شیشی کے منہ پر رجت سندھور لگا ہوگا، شیشی کی تہہ میں بقایا چاندی کو آٹھواں حصہ پارہ کے ساتھ کھرل کر کے دس پُٹ دینے سے سُرخ رنگ کا کُشتہ چاندی تیار ہوگا۔

خوراک:۔ نصف رتی تا ایک رتی ہمراہ شہد یا مکھن، بالائی۔

فوائد:۔ رجت سندھور معتدل ہے۔ اسی خاصیت سے دِل کو بے حد طاقت دیتا ہے، خون میں بڑھی ہوئی گرمی کو کم کر کے اعتدال پر لاتا ہے، تسکین دِہ ہے، ویرج کی خرابیاں جب کہ صفرا کا خلل ہو، مثانہ و جگر کی گرمی، پیشاب میں سوزش یا جلن اس کے استعمال سے دُور ہوتے ہیں

سورن بنگ

اجزاء:۔ قلعی شدھ، پارہ شدھ، گندھک شدھ ۵-۵ تولہ- نوشادر ۴ تولہ، قلمی شورہ ۱ تولہ۔

ترکیب:۔ پہلے قلعی کو پگھلا کر پارہ شامل کریں اور اسے نمک سیندھا اور قدرے پانی ملا کر کھرل کریں اور پانی سے دھوتے رہیں۔ پھر گندھک ملا کر کجلی بنائیں۔ اِس کجلی کو نوشادر اور قلمی شورہ کے ساتھ آتشی شیشی میں بھر دیں اور بالو کا جنتر میں پکائیں گندھک کی آمیزش کے بعد سُنہری رنگ کا چمکدار کُشتہ قلعی تیار ہوگا۔ تہہ نشین سورن بنگ ہوگی، اُوپر بنگ سندھور تیار ہوگا دونوں قابل استعمال ہیں۔

خوراک:۔ ایک رتی تا ۲ رتی ہمراہ مکھن شہد یا بالائی۔

فوائد:۔ سورن بنگ پتلے ویرج کو شہد کی طرح گاڑھا

بھگندر، آتشک، ناسور وغیرہ میں مفید ہے۔

تال سندھور

اجزاء:- پارہ شدھ و گندھک شدھ ۱۰-۱۰ تولہ، ہڑتال شدھ ۵ تولہ

ترکیب:- اول پارہ کو گندھک کے ساتھ کجلی بنا کر پھر رس گھیکوار میں کھرل کر کے خشک کریں اور آتشی شیشی میں ڈال کر بالو کا جنتر کے ذریعہ سندھور بنائیں۔

احتیاط:- بوقت تیاری ہڑتال کے دھوئیں سے آنکھوں کو بچائیں۔

خوراک:- ایک رتی تا ۲ رتی ہمراہ شہد، رس ادرک اور گھی۔

نوٹ:- گھی اور شہد برابر وزن نہ ہوں۔

فوائد:- کوڑھ، آتشک، فسادِ خون کے سبب پھوڑے پھنسیاں نکلنا، پرانے و نوبتی بخار، بلغمی امراض، خارش، ملیریا اور بلغم کو رفع کرتا ہے۔ جراثیم کش ہے، دوران استعمال گھی زیادہ دیں تاکہ خشکی نہ ہو۔

پرہیز:- نمک، تیل، اچار، ترشی، کوڑھ میں دودھ بھی بند کرا دیں۔

رجت سندھور

ترکیب:- رجت یعنی چاندی ۱۰ تولہ، پارہ و گندھک ۲۰-۲۰ تولہ ان کو کھرل کر کے کجلی بنائیں، پھر رس گھیکوار میں کھرل کر کے خشک کریں اور آتشی شیشی میں ڈال کر بذریعہ بالو کا جنتر سندھور بنائیں۔

کر کے اُس کی اصلاح کرتی ہے، ویرج کے نقائص، بدبُو، گدلا پن، کمزور ہونا وغیرہ کو رفع کر کے قابلِ اولاد بناتی ہے، جریان منی، احتلام یعنی خواب میں ویرج کا ضائع ہونا، سُرعت انزال (قبل از وقت یا بہت جلد انزال ہو جانا)، نامردی، سوزاک، پیشاب کی سوزش، پیشاب کی رکاوٹ کو دُور کرتی اور کمزوری مثانہ کو رفع کرتی ہے۔ ہاضمہ تیز ہوتا ہے۔ اِمساک کے لئے مدن آنند مودک کے ہمراہ کھلا کر اُوپر سے دُودھ پلائیں۔

رس مانکیہ

ترکیب:۔ ہڑتال ورقیہ شُدھ قینچی سے باریک کتر لیں۔ پھر ابرک سفید کے دو پتے لو۔ ایک پتے پر ہڑتال بچھا کر اُوپر دُوسرا پتّا رکھ دیں اور لوہے کی تار سے دونوں پتوں کو چاروں طرف سے سی دیں۔ بعد میں اسے چمٹے سے پکڑ کر سُلگتے ہوئے کوئلوں پر رکھیں اور اُوپر دو چار کوئلے رکھ دیں۔ ہڑتال میں سے پیلے رنگ کا دُھواں ابرک سے باہر نکلے گا اور ہڑتال پگھل کر سُرخ رنگ کی نظر آئے گی۔ اب اسے آگ سے علیحدہ کر دیں۔ ابرک کے سرد ہونے پر ابرک کے دونوں پتوں کو کھول کر جُدا جُدا کریں۔ ابرک پر جمی ہوئی دوا کو کھرچ لیں۔ یہی رس مانکیہ ہے۔ اسے کھرل میں خوب باریک پیس لیں حتیٰ کہ اِس کی چمک ختم ہو جائے۔

خوراک:۔ نصف رتی تا ایک رتی ہمراہ گھی یا شہد۔

فوائد:۔ رس مانکیہ فسادِ خون، جلدی امراض کے لئے اکسیر اعظم ہے۔ جذام (کوڑھ) کی ہر قسم، بھگندر، ناسور، پُرانے زخم، خارش، پھلبہری، آتشک، ایگزیما، داد وغیرہ میں بھی منفعت بخش ہے۔

دھاتوؤں و اُپ دھاتو شودھن کے طریقے

دھاتوؤں وغیرہ کو شُدّھ کرنے سے اُن میں صفائی پیدا ہو جاتی ہے اور خالص ہو جاتی ہیں۔ شُدّھ دھاتو کا کُشتہ بھی جلد بنتا ہے اور زیادہ اثر رکھتا ہے، لہذا پارہ، گندھک، سونا، چاندی وغیرہ کے کُشتہ جات بنانے کے لئے ان کو شُدھ کر لینا ضروری ہے۔ اِس ضمن میں متعلقہ دھاتوؤں کے شودھن کے طریقے درج کیے جاتے ہیں:۔

ابرک سفید و سیاہ شُدھ کرنا

ابرک کے ٹکڑے کوئلوں کی آگ پر سُرخ کر کے پوست درخت بیری کے کاڑھے میں سات بار بجھانے سے شُدھ ہو جاتے ہیں۔

دیگر طریقہ :۔ ابرک ورق ورق کر کے کھدّر کی تھیلی میں ڈال کر سوراخ دار کوڑیاں بھی داخل کریں اور کسی کھلے برتن میں کانجی ڈال کر اس پوٹلی کو آٹھ پہر تک بھگو رکھیں، بعد میں تھیلی کو اتنی دیر تک ہاتھوں سے ملتے رہیں جب تک کہ تمام ابرک باریک باریک ذرّوں کی صورت میں تھیلی سے چھن کر پانی میں نہ آجائے۔ پھر اسے محفوظ مقام پر رکھ دیں تاکہ محلول ابرک تہ نشین ہو جائے۔ پس اب مذکورہ پانی کو نتھار کر تہ نشین تلچھٹ کو تیز دُھوپ میں خشک کر لیں۔ یہی شُدھ ابرک ہے۔

بارہ سنگھا شدھ کرنا

بارہ سنگھا کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کر کے چھاچھ میں ڈالیں اور اسے تین دن تک دھوپ میں رکھیں، بعد ازاں پانی میں دھو کر دھوپ میں خشک کر لیں۔ اس سے بارہ سنگھا صاف ہو جاتا ہے۔

پوست بیضہ مرغ (انڈوں کے چھلکے) صاف کرنا

انڈوں کے چھلکے سرکہ یا نمک نوشادر ملے پانی میں چار پانچ دن تک بھگو رکھیں، انڈوں کے اندر کا چھلکا جو نرم پڑ گیا ہو گا اس جھلی جیسے نرم پردے کو اتار دیں اور صاف پانی میں دھو لیں، چھلکے صاف ہو جائیں گے۔

پروال شودھن (مونگا مرجان شدھ کرنا)

چھاچھ میں تین گھنٹے تک بھگو رکھنے بعد میں پانی سے دھو لیں پروال شدھ ہے۔

پیتل شدھ کرنا:۔

پیتل کو آگ میں سرخ کر کے تیل، چھاچھ، گئو موتر، کانجی اور کلتھی کے کاڑھے میں سات سات بار بجھانے سے پیتل شدھ ہو جاتا ہے۔

تانبہ شدھ کرنا

تانبے کو گرم کر کے تیل، چھاچھ، کلتھی کے کاڑھے، رس انار دانہ اور رس برگ، آگ میں سات سات بار بجھا کر پھر ہاون دستہ میں کوٹ کر سفوف

بنائیں اور ایک ہانڈی میں گئو موتر بھر کر املی، نمک اور ساتھ ہی تانبے کا سفوف ڈال کر ۱۲ گھنٹے تک اُبالیں، سرد ہونے پر صاف پانی سے دھو کر رس لیموں میں ڈال کر دُھوپ میں رکھیں۔ جب یہ رس نیلے رنگ کا ہو تب اس کو بدل دیں۔ اِسی طرح تین بار کر کے دُھوپ میں سُکھالیں۔ بس تانبہ شدھ ہے۔

ترِدھاتا شودھن (قلعی، جست اور سکہ شُدھ کرنا)

سہ دھاتا یا ترِدھاتا کو شُدھ کرنے کے لئے تینوں دھاتوں کا الگ الگ شودھن مذکورہ دھاتوں کے شودھن میں درج طریقہ کے مطابق کریں۔ جست کا شودھن، قلعی کی مانند عمل کریں اور جست کو ترپھلا کے کاڑھے میں سات بار بجھائیں۔ شُدھ ہو گا۔ احتیاط رہے کہ ڈھکن مضبوطی سے بند ہو، ورنہ جست باہر نکل کر جسم میں دھنس جائے گا۔

چاندی شودھن یعنی رُوپا یا نُقرہ شُدھ کرنا

شُدھ چاندی کے پترے آگ پر تپا کر تیل، چھاچھ، کانجی، گئو موتر، اور کُلتھی کے کاڑھے میں سات سات بار بجھانے سے چاندی شُدھ ہو گی۔

سکّہ (سیسہ) شودھن

ہانڈی میں آک کا دودھ ڈال کر اس کے ڈھکن پر سوراخ کر دیں اور ڈھکن کے گرد وزن رکھ دیں اور سکّہ کو آگ میں پگھلا کر سوراخ کے راستے داخل کریں۔ تین بار کے عمل سے سکّہ شُدھ ہو گا۔

احتیاط:۔ ڈھکن مضبوطی سے بند رہے ورنہ سکّہ مانند گولی کے

تیزی سے جسم کے اندر گھس جائے گا۔

زہر مہرہ شُدھ کرنا

زہر مہرہ آگ میں تپاکر ۲۱ بار گائے کے دودھ میں یا آملوں کے رس میں بجھانے سے شدھ کیا جاتا ہے۔

شنکھ شودھن

شنکھ کو دہی کے مٹھے میں تین روز تک پکائیں۔ برتن کا منہ دن رات کھلا رہے اور مٹھے کو روزانہ بدلتے رہیں۔ بعد میں دھو کر کام میں لائیں۔ شنکھ شدھ ہو گا۔

سم الفار (سنکھیا) شودھن

سنکھیا چار قسم کا ہوتا ہے۔ ۱۔ سرخ ۔ ۲۔ زرد ۔ ۳۔ سیاہ ۴۔ سفید ۔ مگر کشتہ کے لئے سفید ہی بہتر ہے کیونکہ اس میں زہر کم ہوتا ہے اور دوسری اقسام کی نسبت بے ضرر ہوتا ہے۔ سفید سنکھیا جو بلور کی طرح شفاف ہو، بہتر و اعلیٰ ہوتا ہے۔

ترکیب: سنکھیا کے چنے برابر ٹکڑے کر کے ۱۶ گنا دودھ میں ملائیں اور بذریعہ ڈولا جنتر ابال کر صاف پانی سے دھولیں۔ شدھ ہو گا

سونا شودھن

خالص سونا آگ میں تپاکر تیل، چھاچھ، کانجی، گئو موتر اور کلتھی

کے کاڑھے میں سات سات بار بجھانے سے سونا شُدھ ہوگا۔

سنگ لیشب شودھن

سنگ یشب کو آگ میں تپا کر عرق گاؤ زبان یا عرق گلاب میں ۲۱ بار بجھائیں۔ سنگ یشب مصفیٰ ہوگا۔

سنگِ یہود (حجر الیہود) شودھن

سنگ یہود کو آگ میں سُرخ کر کے سات بار گلتھی کے کاڑھے میں بجھائیں۔

عقیق شودھن

عقیق کو آگ میں سُرخ کر کے عرق بید مشک عرق گلاب میں ۲۱ بار بجھائیں

قلعی شُدّھ کرنا (۲)

سکہ کی مانند شُدّھ کریں کسی برتن میں چُونہ قلعی کے پانی میں ۵ بار بجھائیں، قلعی شُدھ ہوگی۔ برتن کے مُنہ پر ڈھکن مضبوط ہو اور سوراخ سے ہی پگھلی ہوئی قلعی ڈالیں۔

کسیس شودھن

کسیس کو بھنگرے کے پانی میں تین گھنٹے تک کھرل کر کے دھوپ میں خشک کریں۔

کوڑی (خر مہرہ) شودھن

کوڑیوں کو دہی کے میٹھے، رس لیموں اور چُونے کے پانی میں سات آٹھ دن تک بھگو دیں۔ اس سے کوڑیوں کا رنگ سفید ہو کر شدھ ہو نگی

کانسی شودھن۔ اِسے پیتل کی مانند شُدھ کریں۔

گودنتی ہڑتال شودھن

ہڑتال کو ڈولا جنتر کے ذریعہ رس لیموں میں ۳ گھنٹے اُبالیں شُدھ ہو گی۔

موتی سیپ (صدف مرواریدی) شُدھ کرنا

دہی کے مٹھے میں تین روز تک بھگوئیں۔ برتن کو رات دن کھلا رکھیں اور مٹھے کو روزانہ بدلتے رہیں۔ تین دن بعد سیپ کو پانی میں دھو لیں۔

منڈور شودھن (خبث الحدید مصفیٰ کرنا)

برادہ کو آگ پر سُرخ کر کے ترپھلا کے کاڑھے اور گئو موتر میں سات سات بار بجھائیں۔ منڈور شُدھ ہو گا۔

نوٹ:۔ لوہا شُدھ کرنے کے لئے برادہ کو آگ میں سُرخ کر کے ترپھلا کے کاڑھے میں سات بار بجھائیں۔

ہڑتال ورقیہ شودھن

ہڑتال ورقیہ کے ٹکڑے ایک پوٹلی میں باندھ کر بذریعہ ڈولا جنتر ایک پہر تک چونا کے پانی میں جوش دیں، پھر ترپھلا کے کاڑھا میں دو پہر تک پکائیں، آخر میں پیٹھا کے پانی میں تین پہر تک پکائیں۔ اس عمل سے ہڑتال ورقیہ شُدھ ہو گی۔

دواسازی میں کشتہ جات کی قدر و اہمیت

انسانی جسم کو آیورویدا اصولوں کے مطابق پانچ عناصر (پرتھوی، جل، وایو، اگنی اور آکاش) کا مجموعہ قرار دیا گیا ہے۔
پرتھوی سے مراد اُن تمام عناصر سے ہے جن میں معدنیات بھی داخل ہیں جسم میں معدنیات کی کمی سے متعدد امراض پیدا ہوتی ہیں۔ مثلاً فولاد کی کمی سے خون میں سرخ ذرات کی کمی واقع ہو جاتی ہے۔ جس کے باعث جسم میں پیلاپن اور چہرے پر بے رونقی نظر آنے لگتی ہے۔ اس کمی اور خامی کو دور کرنے کے لئے جسم کو فولاد کی ضرورت ہے۔ خام فولاد اپنی صحیح حالت میں نہ تو خامی کو دور کرنے کے قابل ہوتا ہے اور نہ ہی خوردنی طور پر دیا جا سکتا ہے۔ جب تک فولاد کو ایک خاص طریقہ سے قابل خوردنی نہ بنایا جائے فولاد اپنے فوائد آشکار نہیں کر سکتا۔
جسم میں کیلشیم کی کمی کی وجہ سے ہڈیوں کی بیماریاں لاحق ہو جاتی ہیں، ہڈیاں کمزور اور ٹیڑھی ہونے لگتی ہیں۔ ان حالات میں جسم میں کیلشیم پیدا کرنے والی معدنیات درکار ہوتی ہیں مثلاً کشتہ صدف، کشتہ مرجان وغیرہ جو ایک اصول کے مطابق معدنیات کو قابلِ استعمال بنائے ہوئے ہیں، اسی طرح دوسری معدنیات کی کمی سے جسم میں مختلف بیماریاں پیدا ہونے لگتی ہیں۔ پس انہیں جزوِ بدن بنانے کے

لئے واحد طریقہ کار یہ ہے کہ جن معدنیات کی ضرورت ہے اُن کا کُشتہ قواعد و اصُول کے مطابق تیار کیا جائے، کُشتہ سازی کا مقصد بیمار جسم کو اُس کی مطلوبہ معدنیات کو مہیّا کرنا ہے۔ معدنیات کو خوُن میں تحلیل کرنے کا سب سے بہتر طریقہ کُشتہ سازی ہے۔

اِس فن کے متعلق آیورویدگرنتھوں یہ کلیہ بہ وضاحت درج ہے کہ کُشتہ کو جتنی زیادہ بار آنچ دی جائے اور جتنا زیادہ عرصہ کھرل کیا جائے وہ اُتنا ہی زیادہ زُود اثر، مقوّی اور مفید ہوتا ہے۔ کھرل کرنے سے کُشتہ میں برقی توانائی پیدا ہوجاتی ہے جو اس کی طاقت کو کئی گُنا زیادہ بڑھا دیتی ہے۔

کُشتہ جات کی تیاری میں مختلف اقسام کی بُوٹیوں کے رس میں رگڑنے اور پُٹھ دینے کی خاص اہمیت ہے مثلاً جس بُوٹی کے رس میں کھرل کیا جائے گا یا جس بُوٹی کی بھاونا دی جائے گی اُس کی تاثیر کُشتہ اپنے اندر جذب کرلے گا۔ اِس طرح ایک ہی کُشتہ کو درجنوں بُوٹیوں کے رسوں میں کھرل کرکے بھاونا دی جاتی ہے جس کی بدولت کُشتہ میں کئی امراض کو دُور کرنے کی صلاحیت پیدا ہوجاتی ہے۔

بعض اوقات ایک ہی کُشتہ امرت دھارا کی طرح بہت سی بیماریوں کے لئے اکسیر بن جاتا ہے۔ اگرچہ یہ دعویٰ موجودہ لیبارٹریوں کے تجربوں میں ثابت نہیں ہوسکتا تاہم ہومیوپیتھک طریقۂ علاج ہمارے کُشتہ سازی سے مماثلت رکھتا ہے۔ ہومیوپیتھی کی ایک لاکھ کی پوٹینسی کی دوا دس نمبر کی پوٹینسی سے ۹۹۹۰ گُنا طاقتور ہوسکتی ہے جب کہ اُس میں اصل دوا کا جزو اِس سے ۹۹۹۰ واں حصّہ رہ جاتا ہے

میں یہاں یہ قابلِ قدر نکتہ واضح کرنا چاہتا ہوں کہ دوا کے کھرل کرنے سے اِس میں ایک خاص لطافت سی پیدا ہو جاتی ہے جسے برقی توانائی یا ایٹامک انرجی کہہ سکتے ہیں، جو اپنے لطیف اور حیرت کن اثرات کے باعث اپنا اعجاز دکھاتی ہے۔ اِسی وجہ سے قدیم زمانہ میں سنیاسی سادھو ایک ہی کشکول (تونبی) سے اکسیر نکالتے تھے اور ہر نوعیت کے مریض اور مرض کو حسبِ ضرورت مختلف ترکیب استعمال کے ہمراہ ایک ہی دوا دیا کرتے تھے۔ سنیاسی لوگوں کی یہ اکسیرات جو مریض کو حیرت میں ڈال دیتی ہیں، وہ سوائے کشتہ کے اور کچھ نہیں۔ فولاد یا ابرک کا خاص الخاص کشتہ جو درجنوں نایاب بوٹیوں کے رسوں میں کھرل کر کے ہزاروں بار کی آنچ دینے سے برآمد ہوتا ہے۔

کشتہ سازی کا فن اس زمانے میں معدوم سا ہوتا چلا جا رہا ہے حالانکہ اپنی خوبیوں اور تاثیرات کے لحاظ سے آیورویدمیں اس کا مقام افضل ہے۔ افسوس کہ ہم لوگ اِن جواہرات کی قدر نہیں کر رہے جو ہمارے پاؤں تلے روندے جا رہے ہیں۔

کشتہ سازی کے لئے چند ضروری ہدایات

کشتہ جات تیار کرنے کے لئے مندرجہ ذیل امور کو مدِنظر رکھیں:۔

ا۔ جس دھاتو، اُپ دھاتو یا پتھر وغیرہ کا کشتہ تیار کرنا مقصود ہو وہ بہتر اور عمدہ قسم کا ہونا چاہیئے۔

اگر کسی عمارت کی تعمیر میں ناقص اور گھٹیا قسم کا مسالہ استعمال ہو گا تو عمارت جلد گر جائے گی۔ اسی طرح صاف اور عمدہ شے کا

کُشتہ بنانا بڑا مؤثر ہوتا ہے۔

۲۔ کُشتہ بنانے سے پہلے مطلوبہ دھاتو وغیرہ کو حسب طریقہ شُدھ یعنی مدبّر کر لینا چاہیئے تاکہ کُشتہ عُمدہ تیار ہو۔

۳۔ کھرل صاف، عُمدہ اور نہ گھسنے والے پتھّر کا ہونا چاہیئے ورنہ پتھّر گِھس گِھس کر دوا اور کُشتہ میں شامِل ہو جائے گا۔

۴۔ جِس بُوٹی کا رس ڈالیں وہ صاف اور تازہ ہو اور رس صاف سُتھرے کپڑے میں سے چھنا ہُوا یعنی مروّق ہو۔

۵۔ رس اِتنا ڈالیں، جس میں دوا ڈُوب جائے اور آسانی سے کھرل ہو سکے۔ اِتنا زیادہ رس بھی نہ ڈالیں کہ کھرل کرتے کرتے چھیں بول اُٹھے اور دوا خشک ہونے میں ہی نہ آئے۔

۶۔ جتنی دفعہ آگ دینا ہو، اُتنی دفعہ مطلوبہ بُوٹی کے رس میں کھرل کر کے ٹکیاں بنا کر کپڑ وٹی کر کے آگ دیں۔

۷۔ دَوا کو رَس میں کھرل کرنے کے بعد ٹکیاں بنائیں اور ان کو سُکھا کر آگ دیں۔ اِس سے یکساں طور پر آگ ملتی ہے اور کُشتہ عُمدہ تیار ہوتا ہے۔

۸۔ دَوا کپڑ وٹی کر کے آگ دیں۔ کپڑ وٹی کا طریقہ آگے لکھا ہُوا ہے۔

۹۔ جتنی آگ لِکھی ہو اُتنی ہی دو، ورنہ کُشتہ خام رہ جائے گا۔

۱۰۔ جب آگ مکمل طور پر ٹھنڈی ہو جائے تب کپڑ وٹی کے پیالوں کو آہستہ سے جُدا کریں اور احتیاط رہے کہ پیالے کے باہر کی مٹی پیالے کے اندر موجود کُشتہ میں شامِل نہ ہونے پائے۔

۱۱۔ استعمال سے پہلے دیکھ لینا چاہیئے کہ کُشتہ خام ہے یا درست؟ اِس کے بعد کُشتہ کو کھرل کر کے شیشی میں رکھیں۔

۱۲- اچھے کشتہ کی پہچان یہ ہے کہ کشتہ نرم اور ملائم ہو، چمکدار نہ ہو۔ اُنگلیوں میں ملنے سے کوئی کنکر یا ریزہ محسوس نہ ہو بلکہ اُنگلیوں میں جذب ہو جائے۔

کُشتہ سازی کی عام اصطلاحی باتیں

آگ دینا - اِسے آنچ دینا بھی کہتے ہیں۔

جس شئے کا کشتہ بنانا مقصود ہو، اُسے حسب معمول کپڑوٹی یعنی گِل حکمت کر کے اُپلوں کے درمیان رکھ کر آگ لگا دی جاتی ہے اِسے آگ دینا کہتے ہیں۔ اگر کشتہ کو زیادہ تیز آگ دینا ہو، تو پُرانے اُپلوں کی آگ دیں۔ جنگلی اُپلوں کی آگ نہایت تیز ہوتی ہے۔

گج پٹ یہ آگ دینے کا آیورویدک طریقہ ہے۔ اس عمل کے لئے زمین میں سوا ہاتھ بھر مربع صورت کا گہرا گڑھا کھود کر اس میں کپڑوٹی کی ہوئی دوا یا کشتہ رکھ دیا جاتا ہے۔ اور اُوپر اُپلے رکھ کر آگ دی جاتی ہے

مہا بجر پٹ یہ آگ کمہار کے آوے کی طرح دی جاتی ہے اور اس کی آنچ بہت تیز ہوتی ہے۔ اکثر یہ آنچ دس بارہ من اُپلوں کے قریب ہوتی ہے۔

کپڑوٹی طبِّ یونانی میں اِسے گِل حکمت کرنا کہتے ہیں۔ چکنی یا ملتانی مٹی (گاچنی) پانی میں پہلے ہی بھگو دی جاتی ہے اور دوا ایک مٹی کے پیالہ میں رکھ کر اُس کے اُوپر اتنا ہی برابر کا پیالہ اُوندھا بطور سرپوش رکھ دیا جاتا ہے۔ دونوں کنارے آپس میں ملے ہوئے

ہونے چاہئیں۔ اب کپڑے کے ٹکڑے کو گیلی مٹی سے بھگو کر کناروں پر جوڑ دیا جاتا ہے۔ پھر بقایا مٹی کو پیالے کے چاروں طرف لگا دیتے ہیں اور اس عمل کے بعد اسے خشک کر کے حسب معمول آگ دی جاتی ہے۔

احتیاط:- کپڑوٹی کرتے وقت پیالے کے کناروں میں کوئی درز یا سوراخ نہ رہنا چاہیئے ورنہ دوا اُڑ جانے کا اندیشہ ہو جاتا ہے۔ کپڑوٹی باریک اور لمبے کپڑے سے کرنی چاہیئے۔

سمپٹ۔ کپڑوٹی یا گل حکمت کو ہی سمپٹ کرنا کہتے ہیں۔

کُشتہ ابرک سیاہ

ترکیب:- مُصفّیٰ ابرک سیاہ ایک پاؤ آب برگ گکرونده میں تین روز تک کھرل کریں اور گل حکمت کر کے گج پٹ کی آگ دیں۔ اِس طرح تین بار آگ دیں۔ پھر آب برگ کھنگل میں کھرل کر کے پانچ بار آگ دیں۔ پھر آب ترپھلا میں کھرل کر کے سات بار اور اسی طرح آب برگ ارنڈ سُرخ میں کھرل کر کے سات بار آگ دیں۔ آخری بار آک کے دُودھ میں کھرل کر کے اور تین بار رس گھیکوار میں کھرل کر کے آگ دیں۔ نہایت عمدہ کُشتہ تیار ہو گا۔

خوراک:- نصف رتی ہمراہ شہد، ترپھلا، مکھن۔

فوائد:- تپ دِق اور دُوسرے بخاروں کے لئے اکسیر اعلیٰ ہے کھانسی، دمہ اور جسمانی طاقت کے لئے بھی مفید ہے۔

ہدایت:- اگر اس میں ستارے چمکدار نظر آئیں تو انہی بوٹیوں کے

رس کے ساتھ کھرل کر کے دو تین بار آنچ دیں۔ جب چمک ختم ہو جائے تب سمجھ لیں کہ کشتہ عمدہ ہے۔ بعض حالات میں جب کہ آگ ٹھیک طریقہ سے نہ دی جائے ابرک کی چمک سو بار آگ دینے پر بھی نہیں جاتی۔

کشتہ ابرک سفید

ترکیب :۔ ایک سیر ابرک سفید کو قلمی شورہ ایک پاؤ کی تہہ میں رکھ کر اور ہنڈیا میں گل حکمت کر کے گج پٹ کی آگ دیں۔ ابرک سفید رنگ میں برآمد ہوگا۔ اسے پانی میں دھو کر قلمی شورہ سے جدا کر لیں اور اب اسے مولی کے پانی میں تین دن کھرل کر کے گج پٹ کی آگ دیں اسی طرح پانچ آگ دیں۔ پھر ترپھلا کے پانی میں کھرل کر کے تین بار آگ دیں۔ بعد میں رس بھنگرہ میں کھرل کر کے ایک آگ اور آخر میں بھینس کے دودھ میں کھرل کر کے گج پٹ کی آگ دیں۔ کشتہ عمدہ تیار ہوگا۔

خوراک :۔ ایک تا ۲ رتی ہمراہ عرق گاؤزبان، شربت نیلوفر۔

فوائد :۔ صفراوی بخاروں میں اپنا عجوبہ دکھاتا ہے، بخار کی تیزی، جگر کی حرارت اور صفرا کو کم کرتا ہے۔ پیشاب صاف لاتا ہے۔ پیاس کو تسکین دیتا ہے۔

کشتہ بارہ سنگھا (شاخ گوزن)

ترکیب :۔ عمدہ بارہ سنگھا جو اندر سے خالی ہو، ٹکڑے کر لیں اور اسے پیالہ میں رکھ کر اوپر آک کا دودھ اتنا ڈالیں کہ پُر ہو جائے چند دنوں میں جب یہ دودھ خشک ہو جائے تب گل حکمت کر کے گج پٹ

کی آگ دیں۔ اس طرح تین بار آنچ اور دیں تو کشتہ نہایت عمدہ ہوگا۔

خوراک:۔ ایک رتی تا ۲ رتی ہمراہ شہد، منقیٰ یا گرم پانی۔

فوائد:۔ امراضِ سینہ، درد پسلی، درد اعصاب، نمونیہ، دمہ، درد سینہ اور سانس لیتے وقت درد ہو۔ تو یہ ان جملہ تکالیف میں بے حد مؤثر ہے۔

کشتہ پوست بیضۂ مرغ

ترکیب:۔ مرغی کے انڈوں کے چھلکوں کو پانی میں نمک ڈال کر چار روز تک رکھیں۔ اندرونی باریک چھلکا دور ہو جائیگا۔ ان ایک پاؤ چھلکوں کو رس بھنگ میں کھرل کر کے اسی نغدہ کو گل حکمت کر کے ایک من اُپلوں کی آگ دیں اس طرح تین بار آگ دینے سے کشتہ ہو جائے گا۔

خوراک:۔ ایک تا ۲ رتی ہمراہ مکھن یا سپاری پاک۔

فوائد:۔ سیلان الرحم، جریان منی، احتلام، سُرعت، اور سوزاک میں مفید ہے۔ اندام نہانی کی رطوبت اور سرسراہٹ کو دور کر کے تسکین دیتا ہے، اندام نہانی کی خارش کو دور کرتا ہے، ممسک، مقوی باہ اور اعلیٰ درجہ کا حیوانی کیلشیم ہے۔

کشتہ پروال (مونگا مرجان)

ترکیب:۔ مرجان ۲ تولہ کو نغدہ گھی کنوار میں رکھ کر گل حکمت کریں اور آدھ سیر کوئلوں کی آنچ دیں۔ اس کے بعد دودھ گائے میں رگڑ کر تین آنچ اور دیں۔ نرم اور سفید کشتہ برآمد ہو گا۔

نوٹ:۔ صرف گھی کنوار میں کشتہ بنانے سے ایک نقص رہ جاتا ہے

کہ اس کے ذائقہ میں تلخی ہو جاتی ہے مگر گائے کے دودھ میں رگڑ کر آنچ دینے سے یہ نقص رفع ہو جاتا ہے۔

خوراک:۔ ایک رتی تا ۴ رتی ہمراہ مکھن یا شہد۔

فوائد:۔ اعلیٰ درجہ کا کیلشیم ہے، دل کو طاقت اور بخار کو تسکین دیتا ہے، کھانسی رفع کرتا ہے۔ جریان، احتلام کو مفید ہے کیونکہ ویرج کو درست بناتا ہے، زکام کو ہٹاتا ہے، مثانہ کی کمزوری کے لئے بھی بہت مفید ہے۔ لیکوریا میں عورتوں کو دینے سے آرام ہو جاتا ہے، نکسیر اور کثرت طمث میں جب خون رقیق ہو جاتا ہے اور بذریعہ مسامات و جھلی رسنے لگتا ہے۔ یہ کشتہ خون کو غلیظ کر کے بہنے سے روکتا ہے، ہڈیوں کو مضبوط بناتا اور بچوں کے دانت نکالنے میں اپنا اثر دکھاتا ہے۔

کشتہ پیتل

ترکیب:۔ پیتل کا برادہ ۲۰ تولہ میں بیس بیس تولہ منسل و گندھک شامل کر کے رس لیموں میں کھرل کر کے ٹکیہ بنا کر گج پٹ کی آگ دیں۔ اسی طرح ہر دفعہ منسل اور گندھک ملا کر رس لیموں میں کھرل کر کے آٹھ دفعہ گج پٹ کی آنچ دینے سے کشتہ تیار ہو گا۔ بعد میں ایک پٹ صرف رس لیموں میں کھرل کریں۔

خوراک:۔ ½ تا ایک رتی ہمراہ شہد، رُبّ انار

فوائد:۔ کشتہ پیتل امراضِ جگر، نکسیر آنا، سنگرہنی، دردِ شکم اور کرمِ امعاء کے لئے نافع ہے۔

کشتہ تانبا

ترکیب :- برادہ تانبہ نصف سیر کو رس گھی کنوار میں ایک روز کھرل کرکے اور گل حکمت کرکے ۲۰ سیر اپلوں کی گج پٹ آگ دیں بعد میں ۱۰ تولہ گندھک بھی رس لیموں میں کھرل کرکے ٹکیاں بنالیں اور اس کی ۲۵ بار آگ دیں - آخر میں ایک آگ پنچ امرت (گائے کے دودھ، گائے کا گھی، دیسی مصری، شہد اور مکھن) کی دیں بے حد گراں قدر کشتہ تیار ہوگا۔

خوراک :- نصف تا ایک رتی ہمراہ شہد۔

فوائد :- کھانسی، امراضِ سینہ، بادی اور بلغمی امراض، پیٹ کے کیڑے، ضعفِ جگر، ضعفِ باہ اور نامردی میں اپنا کمال دکھاتا ہے۔ جسم سے زہریلے اور فاسد مواد کا اخراج کرتا ہے۔

نوٹ :- اس کے عمدہ و اعلیٰ ہونے کی شناخت یہ ہے، کہ چٹکی بھر کشتہ قدرے دہی میں کھرل کریں - اگر زنگ نہ دے تو بہتر ہے - اگر زنگاری رنگ پکڑے تو ناقص ہے - یہ ہرگز استعمال میں نہ لائیں ورنہ قے ہو جائے گی۔

کشتہ تردھاتہ (سہ دھاتا)

ترکیب :- قلعی جست اور سکہ برابر برابر وزن لیکر کڑاہی میں ڈال دیں - اور تیز آگ دیکر یکجان کریں - پھر سفوف پوست خشخاش چٹکی سے ڈالتے رہیں اور اس دوران آہنی ڈنڈے سے رگڑتے رہیں

جب تمام خاکستر ہو جائے برابر رگڑتے رہیں کہ مانندِ غبار بن جائے۔ پھر نیچے اتار کر رس گھی کنوار، رس بوٹی بلا اور رس بوٹی ہزار دانی میں بالترتیب علیحدہ علیحدہ کھرل کر کے ٹکیاں بنا لیں اور گل حکمت کر کے آگ دیں۔ کم از کم سات بار آنچ دیں۔ کشتہ تیار ہوگا۔

خوراک:- ایک تا ۲ رتی ہمراہ شہد مکھن یا بالائی۔

فوائد:- مادہ منویہ کو غلیظ کر کے جریان منی، احتلام اور سُرعت کو روکتا ہے، امساک اور مردانہ قوت میں خاصہ اضافہ کرتا ہے، جسم میں اُمنگ اور توانائی کو برقرار رکھتا ہے اور سوزاک کو بھی نفع کرتا ہے اگر شربت بزوری کے ہمراہ دیں تو عورتوں کے سیلان الرحم (رحم سے سفید رطوبت بہنا) میں بھی بہت فائدہ کرتا ہے۔

کشتہ جست

اجزاء:- جست کو آہنی کڑاہی میں پگھلا کر سفوف پوست خشخاش کی چٹکی ڈالیں اور آہنی ڈنڈے سے رگڑتے رہیں۔ نیچے آگ خوب تیز کریں ورنہ کشتہ نہیں بنیگا۔ جب جست پھولنا شروع ہو تب بہت سی گیسیں نکلتی نظر آئیں گی۔ شگفتہ ہونے پر نیچے اتار لیں۔ پھر رس گھی کنوار میں کھرل کر کے ٹکیہ بنائیں اور گل حکمت کر کے چار سیر اپلوں کی مزید سات بار آگ دینے سے عمدہ کشتہ تیار ہوگا۔

خوراک:- ایک رتی ہمراہ مکھن و شہد۔

فوائد:- اندرونی آنتوں سے خون جاری ہونا، پیشاب کی بیماریاں مثلاً سوزش، جلن، جریان، احتلام اور چھپاکی میں نمایاں اثر دکھاتا ہے

چھپاکی کے لئے ایک ہی خوراک اپنا معجزہ دکھاتی ہے۔

کُشتہ چاندی (نُقرہ)

ترکیب :- ورق نقرہ ۴ تولہ کو ایک تولہ گندھک اور رس لیموں میں کھرل کرکے گل حکمت کریں بعد میں ۲ سیر اُپلوں کی سات بار آگ دیں آگ نرم رکھیں ورنہ کشتہ نہیں بنے گا کیونکہ چاندی کم درجہ حرارت پر ہی گداز ہو جاتی ہے۔

خوراک :- نصف تا ایک رتی ہمراہ مکھن، بالائی یا شہد۔

فوائد :- اعضاء رئیسہ کو قوت بخشتا ہے، مفرح القلب اور مقوی دماغ ہے، جریان منی، احتلام، ذکاوت حس اور گرمی مثانہ نیز ذیابیطس میں بھی فائدہ کرتا ہے صفراوی مزاج والوں کو موافق ہے مثانہ کو طاقت دے کر بار بار پیشاب آنے سے روکتا ہے۔

دیگر :-

اجزاء و ترکیب :- تین تولہ چاندی کے باریک پترے بنا کر ۱ تولہ ہڑتال کو رس لیموں میں رگڑ کر پتروں پر لیپ کردیں اور خشک ہونے پر پتروں کو مٹی کے چھوٹے پیالے میں بند کرکے تیس جنگلی اُپلوں کی آنچ دیں۔ دوبارہ نکال کر ۱ تولہ ہڑتال اور رس لیموں کے ساتھ کھرل کرکے حسب سابقہ ٹکیاں بنا کر اور پیالہ میں بند کرکے ۳۰ جنگلی اُپلوں کی چودہ بار آگ دیں۔ نہایت ملائم کشتہ تیار ہوگا۔

خوراک :- حسب طریق مذکورہ بالا۔

فوائد :- چاندی ذائقہ میں شیریں اور سرد ہوتی ہے۔ یہ وایو اور

کف (بادی و بلغمی) کے امراض میں نفع کرتی ہے۔ قوتِ ہاضمہ کو بڑھا کر خوراک میں رغبت پیدا کرتی ہے، طاقت بخش اور عمر دراز کرنے والی ہے۔ اور قوتِ حافظہ و قوتِ دل کے لئے اکسیر صفت ہے۔ جریان دُور کرتی ہے۔ تسکینِ قلب کرتی اور مفرحِ اعلےٰ ہے نیز مثانہ کی حدت کو کم کرتی اور صفراوی مزاج والوں کو از حد فائدہ پہنچاتی ہے۔

کُشتہ زہر مہرہ

ترکیب :- ایک پاؤ عمدہ سبز رنگ کا زہر مہرہ ہاون دستہ میں کُوٹ کر باریک کریں اور ۲ سیر عرق گلاب عمدہ میں کھرل کریں، حتیٰ کہ تمام عرق جذب ہو جائے۔ نہایت ملائم اور عمدہ کُشتہ تیار ہوگا۔

خوراک :- نصف تا ۲ رتی ہمراہ شہد۔

فوائد :- امراضِ صفراوی میں فائدہ کرتا ہے۔ بالخصوص بچوں کے امراض میں عام استعمال ہوتا ہے۔ زیادتی پیاس کو روکتا ہے۔ ہرے پیلے دست، قے وغیرہ میں عرق گلاب یا عرق سونف کے ہمراہ دینے پر افاقہ ہوتا ہے۔ بچوں کی گرمی بھی کم ہو جاتی ہے۔

کُشتہ سیسہ (سکہ، سُرب)

ترکیب :- ایک چھٹانک سکہ لوہے کی کڑاہی میں پگھلائیں اور ایک چھٹانک قلمی شورہ کا سفوف بنا کر تھوڑا تھوڑا ملاتے رہیں اور نیم کے سبز ڈنڈے سے ہلاتے رہیں۔ جب سکہ مانند راکھ ہو جائے تب بھی رگڑتے رہیں۔ قلمی شورہ کی دوسری چٹکی اُسی وقت ڈالیں جب پہلی چٹکی بخوبی

مِل جائے۔ بعد ازاں اُتار کر سرد کریں اور پانی سے دھوکر خُشک کرلیں۔ پھر نیم کے رس میں کھرل کرکے ٹکیاں بنائیں اور گل حکمت کرکے دو سیر اُپلوں کی آگ دیں۔ اِسی طرح یکے بعد دیگرے گیارہ بار آنچ دیں۔ کُشتہ تیار ہوگا۔

خوراک :۔ ۲ تا ۴ رتی ہمراہ شہد یا مکھن۔

فوائد :۔ ذیابیطس، سوزاک، حرکت البول، جریانِ منی، احتلام، مادہ منویہ کا رقیق ہونا، جریانِ خون بالخصوص کثرت طمث (خون حیض کا برابر جاری رہنا) میں زود اثر ہے۔ کثرت طمث میں تین بار دن میں دیں فوراً فائدہ ہوگا۔

کُشتہ سنکھ

ترکیب :۔ سنکھ کے ٹکڑے سرکہ یا رس لیموں میں اُبال کر شُدھ کرکے کوزہ گِلی میں ڈالیں، اُوپر سے رس گھیکوار ڈالیں اور گِل حکمت کرکے گج پٹ کی آگ دیں، تین آنچ میں عُمدہ کُشتہ تیار ہوگا۔ مزید بہتر بنانے کے لیے دُودھ گائے میں کھرل کرکے ٹکیہ بنائیں اور گل حکمت کرکے ایک بار مزید آنچ دیں۔

خوراک :۔ ۱ تا ۲ رتی ہمراہ شہد یا ۳ ماشہ نون بھاسکر چورن۔

فوائد :۔ خرابی ہاضمہ، دردِ شکم، اپھارہ، قراقرِ شکم، امراضِ جگر اور بخار دُ ل کے لیے مفید ہے، نوجوان عورتوں اور مردوں کے چہرے کے کیل دُور کرکے بدنما چہرہ کو خوبصورت بناتا ہے۔

کُشتہ سنکھیا (سم الفار)

ترکیب :۔ ایک ہنڈیا میں مُولی کی راکھ بقدر ایک سیر اُوپر نیچے رکھ کر درمیان میں ۲ تولہ شُدھ سنکھیا سفید رکھیں اور راکھ کو اچھی طرح دبا دیں، پھر ہنڈیا کے اُوپر سرپوش رکھ کر اچھی طرح گل حکمت کرکے تیچے لکڑی کی مدھم آنچ دیں۔ بارہ گھنٹے تک متواتر آگ دینے سے کُشتہ سنکھیا تیار ہوتا ہے۔

نوٹ :۔ راکھ مُولی میسّر نہ ہو تو اس کی بجائے اپا مارگ بُوٹی کی راکھ استعمال کریں۔

خوراک :۔ نصف چاول تا ایک چاول منقیٰ میں رکھ کر دیں اور اُوپر سے دُودھ میں گھی ملا کر پلائیں۔

فوائد :۔ کھانسی، دمہ، سردی کا بخار اور نامردی میں اپنا خاص اثر دکھاتا ہے، بلغم کو خارج کرتا ہے۔ خُون پیدا کرتا ہے۔ استعمال کے دَوران دُودھ، گھی، مکھن، بالائی خُوب دیں۔

پرہیز :۔ مُولی کھانے کو ہرگز نہ دیں۔

کُشتہ سونا (طلاء)

ترکیب :۔ بُرادہ سونا ۱ تولہ، پارہ شُدھ ۲ تولہ۔ گندھک شُدھ ۳ تولہ۔ سونے کو پارہ کے ہمراہ خوب کھرل کرکے یک جان کر دیں۔ جب گولا سا بن جائے تب گندھک کو پیس کر ڈیڑھ تولہ گندھک پیالہ میں

ڈال دیں۔ اُس کے اُوپر سونے اور پارہ کی بنی ہوئی گولی رکھ کر اسے باقی ڈیڑھ تولہ سفوف گندھک سے ڈھانپ دیں اور اس پیالہ کے اُوپر دُوسرا پیالہ رکھ کر گل حکمت کریں اور اسے تین جنگلی اُپلوں کی آگ دیں۔ اِسی طرح ہر بار ۲ تولہ پارہ میں کھرل کر کے ۳ تولہ گندھک اُوپر نیچے رکھ کر ۲۱ بار آنچ دینے سے نہایت عمدہ قسم کا کشتہ سونا تیار ہو جاتا ہے۔

خوراک:۔ ۱/۸ رتی تا ۱/۴ رتی ہمراہ شہد، بالائی، مکھن۔

فوائد:۔ واضح ہو کہ جسم میں سونے کی مقدار بہت قلیل ہوتی ہے لہذا سونے کی خوراک اسی قدر کم مقدار میں استعمال کی جاتی ہے جو نہایت مفید ہوتی ہے۔ مشاہدہ میں آیا ہے کہ تپ دق کے بیماروں کو سونے کے زیادہ مقدار والے رسوں کی نسبت کم مقدار والے رس زیادہ زُود اثر ہوتے ہیں۔ کشتہ سونا اعضائے رئیسہ و شریفہ کو بے حد طاقت دیتا ہے۔ جگر، معدہ، گردہ و مثانہ کو قوت بخشتا ہے جسم کے ناکارہ ٹِشوؤں (TISSUES) کو دوبارہ زندگی بخشتا ہے اسی وجہ سے لمبی بیماری کی وجہ سے سُست اور کمزور اعضاء کو از سرِ نو طاقت و حرکت دیتا ہے نیز جسم میں سیماتی (زہریلے) اثرات کو جو کہ متعدد امراض پیدا کرنے کا باعث ہیں زائل کرتا ہے، ذہانت اور یادداشت کی افزائش کرتا ہے۔ مقوی بدن اور جسم کی ناطاقتی اور سُستی کو دُور کر کے چُستی و چالاکی پیدا کرتا اور جسم کو سڈول اور خوبصورت بناتا ہے۔

دیگر:۔

ترکیب:۔ ورق سونا ۱ تولہ، گندھک آملہ سار ۵ تولہ، رس

کنوار گندل کپڑے میں چھنا ہوا ایک بوتل۔

کھرل میں ایک تولہ گندھک ڈالیں اور ورق سونا ایک ایک کر کے اور تھوڑا تھوڑا رس کنوار گندل ڈال کر کھرل کرتے رہیں۔ جب تمام اوراق داخل ہو جائیں تو ایک ٹکیہ بنا کر خشک کریں اور گل حکمت کر کے ۲½ سیر اُپلوں کی آگ (زمین میں گڑھا کھود کر) دیں۔ سرد ہونے پر ٹکیہ کو کھرل میں ڈال کر ایک تولہ گندھک اور قدرے رس کنوار گندل ڈالیں۔ کھرل کر کے دوبارہ ٹکیہ بنا کر ۲½ سیر اُپلوں کی آگ دیں۔

اسی طرح علے الترتیب ۵ بار یہ عمل دُہرائیں حتےٰ کہ گندھک ختم ہو جائے۔ گندھک اُڑ جاتی ہے اور جزو کُشتہ نہیں بنتی۔

آخر میں صرف رس کنوار گندل میں کھرل کر کے آگ دیں۔

اس طرح چار بار رس کنوار گندل میں کھرل کر کے آگ دیں۔

بعد ازاں کُشتہ سونا کو نکال کر رُوح گلاب عمدہ ایک تولہ میں کھرل کر کے محفوظ رکھیں۔

خوراک :- ایک چاول تا نصف رتی ہمراہ بالائی یا مکھن۔

فوائد :- اعضائے رئیسہ و شریفہ کو قوت بخشتا ہے، ذہانت یادداشت اور نظر کو تیز کرتا ہے، جنون و دیوانگی، مراق مالیخولیا، عصبی کمزوری، تپ دق، گردوں کی کمزوری اور مثانہ کے امراض میں اکسیر کا حکم رکھتا ہے، ٹائیفائڈ بخار میں فائدہ کرتا ہے، خون کی حدت کو کم کرتا، اور حرارت عزیزی کو بڑھاتا ہے۔ زبردست ٹانک ہے۔

کُشتہ سونا مکھی

ترکیب :- سونا مکھی شُدھ ۲ چھٹانک، کو ہمراہ گندھک نصف چھٹانک۔ روغن ارنڈ سے کھرل کر کے ٹکیاں بنائیں اور گل حکمت کر کے گج پٹ کی آگ دیں۔ اِس طرح سات آنچ دیں۔

خوراک :- ایک رتی ہمراہ شہد یا مکھن۔

فوائد :- بے خوابی، دماغی کمزوری۔ دِل کی کمزوری، یرقان، حیض کی خرابی، شکر آنا اور بچّوں کے امراض میں دیا جاتا ہے۔ جسم میں خُون بھی پیدا کرتا ہے۔

کُشتہ سنگ یشب

ترکیب :- سنگ یشب برنگ، صاف شفاف، بے رگ و ریشہ کو آگ میں سُرخ کر کے عرق گاؤ زبان میں ۲۱ بار بجھائیں، بعد میں باریک کر کے دُودھ بکری میں کھرل کریں اور ٹکیاں بنا کر ۱۰ سیر اُپلوں کی آگ دیں اِسی طرح تین بار آنچ دیں۔

خوراک :- ایک تا ۲ رتی ہمراہ مربّہ گاجر، سیب، آملہ، گلقند، یا مکھن۔ ورق چاندی سے ملفوف۔

فوائد :- تقویت دل کے لئے بے نظیر ہے، دِل کی دھڑکن، دِل ڈوبنا، دِل بیٹھنا، دِل کا گم ہونا، دِل کا کمزور ہونا اور دِل کی حرارت، وغیرہ

امراض میں اکسیر ہے۔

کشتہ سنگِ یہود (حجر الیہود)

ترکیب:۔ سنگ یہود کو آبِ مولی میں کھرل کر کے ٹکیہ بنالیں اور گِل حکمت کر کے ۶ سیر اُپلوں کی آگ دیں۔ اِس طرح تین بار آگ دینے کے بعد دوبارہ آب برگ کیلہ میں آگ دیں۔ کُشتہ ہو گا۔

خوراک:۔ ایک تا ۲ رتی ہمراہ شربت انار یا رُبّ انار

فوائد:۔ سوزاک، سوزشِ بول۔ سنگِ مثانہ و گُردہ میں فائدہ کرتا ہے پیشاب آ رہا ہے اور پتھری کو ریزہ ریزہ کر کے نکالتا ہے۔

کُشتہ شنگرف

ترکیب:۔ شنگرف رُومی اتولہ، شِیر مدار ایک پاؤ میں تھوڑا تھوڑا کھرل کریں۔ جب شنگرف میں تمام دُودھ جذب ہو جائے تب ٹکیہ بنا کر دھوپ میں خشک کریں، پھر ٹکیہ ہذا کو ایک چھٹانک سفوف مالکنگنی میں ملفوف کر دیں۔ اب اِسے ایک سیر اُپلوں کے درمیان رکھ کر آگ دیں سرد ہونے پر نکال لیں۔

ہدایت:۔ آگ دیتے وقت ہوا کا خیال رکھیں۔

خوراک:۔ ایک تا ۲ رتی ہمراہ شہد، مکھن یا بالائی۔

فوائد:۔ ضعفِ باہ، ضعفِ اعصاب (پٹھوں کی کمزوری) اور نامردی کے لیے خاص وصف رکھتا ہے۔ چہرے کی رنگت کو سُرخ کرتا ہے دافع بلغم اور خُون پیدا کرتا ہے۔

دیگر:-

ترکیب:- شنگرف رومی ۲ تولہ - بھلاوہ (ٹوپی دُور کر کے جو کوب کر لیں) ۳ چھٹانک - اوّل آہنی کڑاہی میں بھلاوہ ڈال کر شنگرف کی ڈلی رکھیں، اُوپر شہد ۳ چھٹانک اور گھی گائے ۳ چھٹانک ڈال کر نیچے تیز آگ جلائیں - مگر دھوئیں سے اپنے آپ کو محفوظ رکھیں - جب کڑاہی کے اندر آگ لگ جائے تو آگ بند کر دیں اور سرد ہونے پر شنگرف کی ڈلی کو شیر مدار (دُودھ آک) ایک چھٹانک میں کھرل کر کے ٹکیہ بنائیں اور دوبارہ شیر مدار میں تر کر کے اور ایک پاؤ نغدہ لہسن میں رکھ کر گل حکمت کر کے ۴ سیر اُپلوں کی آگ دیں، سرد ہونے پر نکالیں - اِسی طرح سات بار آگ دینے سے اعلیٰ درجہ کا کُشتہ شنگرف برنگ سُرخ اور باوزن تیار ہو گا۔

احتیاط:- آگ بے حد تیز نہ ہو۔

خوراک:- نصف رتی تا ایک رتی ہمراہ مکھن، شہد، بالائی یا منقیٰ میں رکھ کر کھلائیں، اُوپر سے دُودھ پلائیں۔

فوائد:- نامردی، اعصابی کمزوری (پٹھوں کی سُستی) امراضِ بلغمی و بادی، جوڑوں کا درد، ادھرنگ، بلغمی کھانسی اور دمہ کے لئے اکسیر ہے۔ مُردہ اعصاب میں برقی لہریں پیدا کرتا ہے، بُوڑھوں کے لئے شباب کا پیغام لاتا ہے اور نوجوانوں کے لئے رُوحِ حیات، کمزور مُردوں کے لئے بہارِ جاودانی سے کم نہیں، جسم میں سیروں تازہ خُون پیدا کر کے چہرے پر تروتازگی نکھارتا اور عضوِ مخصُوص کے استرخاء کو دُور کر کے نعوظ بھی لاتا ہے - خُون کے دورے کو تیز کرتا ہے اور اخراجِ بلغم میں بھی لاثانی ہے - دورانِ استعمال مُرغن غذائیں دیں تا کہ خوراک جزوِ بدن بن سکے۔

دیگر

ترکیب :۔ شنگرف رومی شدھ ۱ تولہ۔ آہنی توے پر نصف پاؤ مال کنگنی جو کوب کردہ ڈال کر اوپر شنگرف رکھیں، شنگرف کے اوپر نصف پاؤ مالکنگنی ڈال کر نیچے نرم آنچ دیں۔ جلنے پر سرد کر لیں، کشتہ ہمرنگ ہو گا۔

خوراک :۔ ایک رتی ہمراہ شہد، مکھن یا بالائی۔

فوائد :۔ جسم میں تازہ خون پیدا کرتا ہے۔ ضعفِ دل، ضعفِ جگر، ضعفِ دماغ اور نامردی کے لئے پیغامِ شباب ہے، پٹھوں کو طاقت دیتا اور چہرے کو سرخ بناتا ہے، بلغم کو پکا کر خارج کرتا ہے۔

دورانِ استعمال دودھ، گھی، انڈے خوب دیں۔

کشتہ عقیق

ترکیب :۔ عقیق عرق گلاب میں ۲۱ بار بجھایا ہوا برنگِ سرخ ایک پاؤ۔ ٹکڑے ٹکڑے کر کے ارجن چھال کے کاڑھے میں کھرل کر کے اس کے نغدے میں رکھ کر گل حکمت کریں اور پندرہ بار آنچ دیں۔ کشتہ برنگ سفید برآمد ہو گا۔ روح کیوڑہ و گلاب میں کھرل کر کے باریک کر لیں۔

خوراک :۔ ایک رتی تا ۲ رتی ہمراہ مکھن، مربہ آملہ، سیب یا گاجر۔

فوائد :۔ تقویتِ دل کے لئے لاثانی کشتہ ہے، دل بیٹھنا، دل ڈوبنا، دل کمزور ہونا اور دھڑکنا، دل کا گم ہونا، غشی میں ازحد مفید ہے۔ دل کے علاوہ جگر اور دماغ کو بھی طاقت دیتا اور نظر کی کمزوری کو دور کرتا ہے۔

کُشتہ فولاد (پہلا آنچ)

ترکیب :- بُرادۂ فولاد (ریتی سے رگڑا ہُوا) ایک چھٹانک کو چینی کے برتن میں ڈال اُوپر سرکہ جامن اتنا ڈالیں کہ انگلی بھر سطح سے اُوپر رہے۔ جب سرکہ جذب ہو جائے تو اتنی ہی مقدار میں آب انار پھر رس سنگترہ ڈالیں، خشک ہونے پر رس لیموں ڈالیں اور اس کے خشک ہونے پر رس ڈالیں، خشک ہونے پر ترپھلا کے کاڑھا میں خشک کر لیں۔ بس نہایت عُمدہ نرم کُشتہ برآمد ہو گا۔

خوراک :- ایک تا ۴ رتی۔ ہمراہ مکھن یا رُبّ انار۔

فوائد :- ضعفِ جگر، جگر کا بڑھنا، یرقان، جگر و مثانہ کی گرمی، کثرتِ صُفرا، کثرتِ پیاس، کمیٔ خُون، چہرے کی زردی، جسم کی کمزوری، اور ناطاقتی کو فائدہ کرتا ہے۔ علاوہ ازیں خُون میں سُرخ ذرات کی کمی کو پُورا کرتا ہے۔

دیگر :-

ترکیب :- برادۂ فولاد (ریتی والا) ایک پاؤ کو ترپھلا کے کاڑھے میں کھرل کر کے ۲۱ بار آنچ دیں۔ پھر مکو، اِٹ سِٹ یا سِنگرف کی سات سات بار آگ دیں۔

نوٹ :- فولاد کو زیادہ تیز آنچ نہ دیں۔

خوراک :- ایک رتی ہمراہ مکھن، شہد یا بالائی۔

فوائد :- کمزوریٔ جگر، جگر کا بڑھنا، خُون کی کمی، خُون میں سُرخ ذرات کی کمی، جسمانی کمزوری، چہرے کی بے رونقی، پیلاپن، تپِ دِق میں

اکسیر ہے۔ خون صالح پیدا کر کے جسم کو طاقت اور چہرے کی رونق کو دوبالا کرتا ہے، قوتِ باہ اور اعضائے رئیسہ کو طاقت دیتا ہے۔

کشتہ کسیس

ترکیب:- کسیس سبز عمدہ، ۴۰ تولہ کو آب بھنگرہ میں ۱۲ گھنٹے تک کھرل کر کے ٹکیہ بنا کر خشک کر لیں۔ بعدہٗ پیالہ میں گل حکمت کر کے ۱۰ سیر اپلوں کی نرم آنچ دیں۔ تین دفعہ آنچ دینے پر سُرخ رنگ کا کشتہ تقریباً ۱۰ تولہ برآمد ہوگا۔

خوراک:- ۲ رتی ہمراہ کاڑھا ترپھلا، شہد، گھی یا مناسب بدرقہ۔

فوائد:- کسیس میں فولاد کا جزو ہوتا ہے اس لیے یہ یرقان، کمئی خون، امراضِ جگر اور امراضِ شکم نیز جسم میں کمئی خون کے سبب حیض کا کم آنا کے لیے فائدہ مند ہے۔

کشتہ کوڑی (خرمہرہ)

ترکیب:- ایک سیر زرد کوڑی کو گودا کنوار گندل نصف سیر میں رکھ کر، گل حکمت کریں اور ایک من اپلوں کی آگ دیں۔ اسی طرح رس کنوار گندل میں کھرل کر کے ٹکیہ بنا کر مزید تین بار آگ دیں۔ آخر میں دودھ بکری یا دودھ گاؤ میں کھرل کر کے ٹکیہ بنا کر ایک آگ دیں۔ کشتہ سفید ملائم ہوگا۔

خوراک:- ۱ رتی تا ۲ رتی ہمراہ شہد، مکھن، بالائی یا دودھ۔

فوائد :- نہایت عمدہ کیلشیم ہے، امراضِ شکم میں فائدہ مند ہے۔ جریان کو دور کرتا ہے، کمزور ہڈیوں کو طاقت دیتا ہے۔ مرضِ تپِ دق اور سنگرہنی کے لئے بھی سُود مند ہے۔ یہ کشتہ بلغمی اور بادی امراض میں بھی استعمال کیا جاتا ہے۔

کُشتہ کانسی

ترکیب :- برادہ کانسی کو رس لیموں کے ہمراہ برابر وزن کجلی (پارہ و گندھک کو باہم رگڑ کر بنتی ہے) ملا کر کھرل کر کے ٹکیاں بناؤ۔ اور گل حکمت کر کے گجپٹ کی آگ دیں۔ سات بار آگ دینے سے کُشتہ برنگِ سیاہ تیار ہو گا۔

خوراک :- نصف رتی ہمراہ مکھن۔

فوائد :- امراضِ جگر مثلاً ضعفِ جگر، جگر کی سختی اور جگر کا بڑھنا میں بے حد مفید ترین ثابت ہوا ہے۔ علاوہ ازیں قوتِ باہ کو تقویت دیتا ہے۔

کُشتہ قلعی

ترکیب :- قلعی ایک پاؤ کو مٹی کی کڑاہی میں پگھلا کر اس میں ایک سیر اپلے کنڈے کا نغدہ رکھیں اور لوہے کی کڑچھی سے رگڑیں آنچ تیز رکھیں جس سے مٹی کی کڑاہی کا پیندا سُرخ ہو جائے جب تمام قلعی

ا

خاکستر ہو جائے تب پانی میں دھو کر پُٹھ کنڈا کو خارج کر دیں اور قلعی کو رس گھی کنوار میں کھرل کر کے ٹکیہ بنائیں اور گل حکمت کر کے پانچ بار آگ دیں۔ نرم اور سفید کُشتہ تیار ہو گا۔ پُٹھ کنڈے کی بجائے اگر بھنگ سے کام لیا جائے تو کُشتہ نہایت ممسک ہو جائے گا۔

خوراک :۔ ایک رتی ہمراہ مکھن، بالائی یا شہد۔

فوائد :۔ کُشتہ قلعی امراضِ منی، جریان، احتلام، سُرعت انزال کے لیئے اکسیر ہے، وِیرج کی اصلاح کر کے اُسے گاڑھا کرتا ہے جس سے جلد انزال نہیں ہوتا، ذکاوتِ حس اور مثانہ کی کمزوری دُور ہوتی ہے۔ امساک پیدا کر کے قوتِ باہ کو بڑھاتا ہے۔ مثل مشہور ہے کہ :۔

"گھوڑے کو تنگ، مرد کو بنگ"

دیگر :۔

ترکیب :۔ قلعی شُدھ ۵ تولہ کو بُوٹی زخمِ حیات (پتھر چٹہ) کے نصف سیر نغدہ میں رکھ کر گل حکمت کر کے سات سیر اُپلوں کی آگ دیں۔ دوبارہ آگ دینے سے شگفتہ ہو جائے گی۔

خوراک :۔ ایک رتی تا ۲ رتی ہمراہ مکھن یا مُوصلی پاک۔

فوائد :۔ وِیرج کو گاڑھا کر کے جریان، احتلام، سُرعت انزال، ذکاوتِ حس، مثانہ کی گرمی، مثانہ کی کمزوری، بار بار پیشاب آنا۔ پیشاب میں رطوبت آنا، پیشاب لگ کر آنا اور جُملہ امراضِ منی میں فائدہ کرے۔ طبعی امساک پیدا کرے۔

کشتہ ہڑتال گودنتی

ترکیب :- ہڑتال کے سفید چمکدار ٹکڑے، نغدہ گلو، نغدہ گھیکوار، نغدہ برگِ نیم یا برگ ببول میں رکھ کر آگ دیں۔

دیگر :-

ہڑتال ایک پاؤ کو نغدہ چھال پیپل ایک سیر میں رکھ کر گل حکمت کر کے سات بار آنچ دینے سے جو کشتہ برآمد ہوگا وہ مرض تپدق کیلئے تریاق ہوگا۔

خوراک :- ا رتی تا ۴ رتی ہمراہ مناسب بدرقہ۔

فوائد :- بخار ہر قسم، ملیریا، انفلوئنزا بالخصوص سر درد، زکام، نزلہ، کھانسی، امراضِ مذکورہ بالا کے لئے تیر بہدف ثابت ہوا ہے۔

کشتہ ہڑتال ورقیہ

ترکیب :- ہڑتال ورقیہ شدھ ا تولہ۔ سرخ پھٹکڑی ۴ تولہ۔ کوزہ میں نصف پھٹکڑی کا سفوف رکھ کر اوپر ہڑتال رکھیں اور اور باقی سفوف پھٹکڑی اوپر بچھا کر اسے گل حکمت کریں اور خشک ہونے پر ۲ سیر سرکنڈوں کی آگ دیں۔ سرد ہونے پر ہڑتال ملی گلابی رنگ کی شگفتہ پھٹکڑی نکالیں۔ اس میں سے ہڑتال کافی اڑ جاتی ہے تاہم خاصہ فائدہ دیتی ہے۔

خوراک :- ایک تا ۲ رتی۔ دن میں دو بار۔

فوائد :- نئے اور پرانے بخار کو دور کرتی ہے۔ ملیریا میں بمقدار ۳ ماشہ بخار ہونے سے ۳ گھنٹہ پہلے اور دوبارہ ۲ گھنٹہ بعد دینا مفید ہے

کُشتہ موتی (مروارید)

ترکیب :- عمدہ موتی بصری ۱ تولہ، عرق گلاب یا رس نیلوفر ۲۰ تولہ میں مسلسل کھرل کریں۔ کھرل کرنے سے ہی عمدہ قسم کا لاجواب کُشتہ تیار ہو گا۔ اگر اس کی ٹکیہ بنا کر اور گل حکمت کر کے ۲۰ جنگلی اُپلوں کی آنچ دیں تب بھی تیار ہو جائے گا۔ مگر اس طرح کشتہ وزن میں کم ہو جائے گا اور پورا فائدہ بھی نہیں کرتا لہذا اوّل الذکر ترکیب سے ہی بلا آگ کُشتہ تیار کریں۔ یہی بہتر اور درست ہے۔

خوراک :- نصف تا ایک رتی ہمراہ شہد، مکھن، بالائی، مربہ گاجر، مربہ آملہ، مربہ سیب۔

فوائد :- امراض قلب مثلاً دل کا ڈوبنا، دل کا کمزور ہونا، دل گھبرانا، دل اُچھلنا اور غشی وغیرہ میں غائت درجہ نفع کرتا ہے۔ صفراوی امراض میں صفرا کو کم کرتا ہے۔ معتدل، تسکین آور اور اوّل درجہ کا نفیس کیلشیم ہے۔ بخار کی حدّت کو کم کرتا ہے۔ چیچک موتی جھرا میں عام استعمال کیا جاتا ہے۔ بلڈ پریشر میں مفید ہے۔

کُشتہ موتی سیپ (صدف مروارید)

ترکیب :- ایک چھٹانک بڑے بڑے موتی سیپ لیکر پُشت علیحدہ کر کے درمیانی چمکدار حصّہ کے ٹکڑے ٹکڑے کریں اور پیالہ میں ڈال کر اُوپر بکری کا دُودھ بھر کر ۱۶ سیر اُپلوں کی آگ دیں اور پھر دوبارہ بکری کے دودھ میں کھرل کر کے سات بار آگ دیں کشتہ تیار ہوگا

خوراک :- ایک رتی تا ۲ رتی ہمراہ شہد یا مکھن۔

فوائد :- اعلیٰ درجہ کا مفید کیلشیم ہے۔ صفراوی اور عام بخاروں میں خون کی حرارت کم کر کے تسکین دیتا ہے، ہڈیوں کو مضبوط بناتا ہے۔ جس سے بچوں کو دانت نکالنے میں آسانی ہوتی ہے اور سوکھے بچے صحتمند ہوتے ہیں، خون پتلا ہونے سے رکت پت ہو جاتا ہے اس کیلئے یہ کُشتہ بہت مفید ہے، منی کو غلیظ کر کے جریان و احتلام کو رفع کرتا ہے۔ لیکوریا، عام بخاروں اور تلی میں بھی مفید ہے، بھوک لگاتا ہے، دل، جگر اور جسم کو طاقت دیکر صحت مند بناتا ہے۔ ہڈیوں کی بیماریوں میں بیحد کارگر ہے!

کُشتہ منڈور (خبث الحدید)

ترکیب :- شدھ منڈور ہاون دستہ میں باریک کر کے گئو موتر میں کھرل کر کے ٹکیاں بنالیں اور گل حکمت کر کے ۵ سیر پٹ کی آگ دیں بعد ازاں تین آگ اور دیں، پھر گائے کے دہی میں کھرل کر کے چار آگ اور دیں اور تین بار رس گھیکوار میں کھرل کر کے آگ دیں۔ تیار ہوگا۔

خوراک :- ایک تا ۲ رتی ہمراہ دہی کے گھرڑ یا دہی کی لسی۔

فوائد :- اعلیٰ درجہ کا مولد خون ہے، جگر کی اصلاح کرتا ہے۔ جگر کی سختی، جگر کی کمزوری، جگر کی خرابی، سوزش بول، یرقان، کمی خون، کمزوری مثانہ میں اکسیر صفت ہے، بالخصوص یرقان میں قابل تحیر اثر دکھاتا ہے۔ جگر میں صفرا کی رکاوٹ دور ہو کر خون کی اصلاح ہوتی ہے اور صفرا بجائے خون میں تحلیل ہونے کے بذریعہ آنتوں کے باہر خارج ہو جاتا ہے۔

کشتہ مور پنکھ

ترکیب :- مور پنکھ کے چار چار انگل ٹکڑے کر کے ایک سیر کے قریب گھڑے میں بند کر کے پیالہ سے ڈھانپ کر گل حکمت کر کے ۱۰ سیر اُپلوں کی آگ دیں۔ بررنگ سیاہ کشتہ برآمد ہوگا۔

احتیاط رہے کہ زیادہ تیز آگ نہ دی جائے کیونکہ اس سے پنکھ کا کوئلہ برآمد نہیں ہوگا بلکہ سفید رنگ کی خاکستر بن جائے گی۔ جو کہ بے فائدہ ہوتی ہے۔

خوراک :- ایک رتی تا ۳ رتی ہمراہ شہد۔

فوائد :- ہچکی، کھانسی، دمہ اور پھیپھڑوں کے امراض میں مفید ہے نیز بلغمی جھلی کی سرسراہٹ کو تسکین دیتا ہے۔

رس یعنی پارہ کے مرکبّات

تعریف :- آیورویدمیں رس پارہ کو کہتے ہیں۔ پارہ اپنی لاتعداد صفات کے علاوہ جراثیم کُش بھی ہے۔ اسے دُوسرے مُفردات کے ساتھ شامل کر دینے سے دوا خراب ہونے سے محفوظ رہتی ہے نیز اُس کی طاقت برسوں تک قائم رہتی ہے۔

پارہ اپنی لطافت کے باعث آمیزش شُدہ مُفردات یا مُرکبّات کو زیادہ موثر، دیرپا اور مفید تر بنا دیتا ہے کیونکہ پارہ کی خاصیّت یہ ہے کہ وُہ اپنے ساتھ شامل کردہ دیگر ادویات کو فی الفور جزوِ بدن بنا دیتا ہے۔ پس دوا کے اثرات خوُن میں تحلیل ہوتے ہی سریع التاثیر ہو جاتے ہیں یعنی عین اُسی وقت ہی اپنا فعل شروع کر دیتے ہیں جب کہ مریض کو رس کا استعمال کرایا جائے۔

انسانی طبیعت قلیل اور زُود اثر ادویات کی طرف مائل رہتی ہے۔ لوگ چُورن کی زیادہ مقدار استعمال کرنے سے گھبراتے ہیں۔ اِسی مطلب کے لئے آیوروید گرنتھوں میں رسوں کا طریقۂ علاج بتایا گیا ہے۔ خاص خاص دواؤں کے چُورن اور کاڑھوں کی مقدار کم کرنے اور زیادہ طاقتور بنانے کے لئے پارہ کی آمیزش ضروری تصوّر کی گئی۔ کسی بھی دوا میں پارہ کا جزو شامل کرنے سے اصل دوا کی خاصیّت اور افعال میں کئی گنا اضافہ ہو جاتا ہے، نیز اس کی مقدار خوراک بھی برائے نام ہوتی ہے مثلاً ضعفِ معدہ اور ضعفِ ہاضمہ کے لئے لون بھاسکر چُورن یا ہنگوا شٹک چُورن کی خوراک

۶ تا ۹ ماشہ مقرر ہے مگر اِس کے برعکس اِنہی چُورنوں میں پارہ اور گندھک کی معقول مقدار داخل کرنے سے جو رس تیار ہوگا وُہ اعلےٰ درجہ کی خصوصیت کا حامل ہوگا۔ اس کی خوراک بھی صرف ۴ رتی ہوگی جب کہ اِس کے مقابلہ میں چُورن ۹ ماشہ تک دِیا جاتا ہے۔ رس کی ایک کرامت یہ بھی ہے کہ چُورن کے مقابلہ میں بہت جلد ہضم ہوکر جُزوِ بدن بن جاتا ہے۔ اِس کی تاثیر میں حیرت انگیز طور پر اضافہ ہو جاتا ہے۔ آیُورویدک گرنتھوں میں نباتاتی مُفردات کے مرکبّات ایک سال کے بعد اپنا اثر اور طاقت چھوڑ دیتے ہیں جب کہ پارہ کے ساتھ وہی مرکبّات رسوں کی صُورت میں ایک مُدّت تک اپنی طاقت و تاثیر برقرار رکھتے ہیں۔ علاوہ ازیں رس جتنے زیادہ پُرانے ہوں گے اُتنے ہی زیادہ کارآمد مفید اور منفعت بخش ثابت ہوں گے۔

پارہ بے حد لطیف تر ہونے کے خاصہ سے جسم کے ہر رگ و ریشہ میں سرایت کرنے کی پُوری صلاحیت رکھتا ہے۔ اِسی وجہ سے جن لاعلاج اور پیچیدہ امراض کا دفعیہ نباتاتی ادویات سے نہیں کیا جا سکتا صحت و تندرستی اور حصُولِ مدّعا کی غرض سے رسوں کو کام میں لایا جاتا ہے۔

ہدایات :-

۱۔ رسوں میں جہاں بھی پارہ و گندھک جزوِ نسُخہ ہوگا، پارہ و گندھک کو کھرل کرکے کجلی تیار کریں۔ کجلی کو اس حد تک کھرل کرنا چاہیئے کہ اُس کی چمک مر جائے۔ بعد میں باقی ادویات کو شامل کرکے حسب ہدایت رس تیار کرنا چاہیئے۔

۲- جہاں کہیں پارہ یا گندھک رس میں مِلانے کی ہدایت درج ہو وہاں اسی طریقہ سے شامل کرنا واجب ہے۔

۳- اگر پارہ کو دوا میں شامل کرنے سے پہلے جس مرض کے عِلاج کا رس درکار ہو تو اُسی مطلوبہ بوُٹی کے رس یا کاڑھے کے ساتھ کھرل کرنا مُفید ہوتا ہے۔ مگر اس سے پہلے پارہ و گندھک کی کجلی ضرور بنانی چاہیئے۔ اِس طرح تیار شدہ رس نہایت پُرتاثیر اور منافع بخش ہوتا ہے۔

۴- جہاں گولیاں بنانی درج ہوں وہاں گولیاں سایہ میں اچھی طرح خشک کر کے شیشی میں بند رکھیں ورنہ خراب ہونے کا اندیشہ ہے۔

۵- رس بنانے کے لیئے عمدہ اور نہ گھِسنے والے پتھر کے کھرل کام میں لائیں۔ لوہے کے کھرل میں رس بنانے سے لوہے کا زنگ لگ جاتا ہے لہذا اِس امر کی خاص احتیاط لازم ہے۔

شودھن کے عام مشہور طریقے

ادویہ کا شودھن (مدبر و مصفیٰ کرنا) اِس لیئے ضروری ہوتا ہے کہ ادویہ میں سے گرد و غبار اور ناقص اثرات دُور ہو جائیں۔ اِس سے ادویہ کی طاقت میں بھی اضافہ ہو جاتا ہے لہذا رسوں میں جہاں کہیں بھی مندرجہ ذیل مُفردات کا ذکر ہو، اُنہیں ہمیشہ شُدھ کر کے ڈالیں تاکہ رس رسائن کا صحیح اثر ہو، دوا کی کامیابی کا انحصار اعلیٰ و بہتر اجزاء پر ہی منحصر ہے۔

متذکرہ ادویات یہ ہیں:-

پارہ، گندھک، سنکھیا، ہڑتال، کچلہ، دھتورہ، میٹھا تیلیہ،

سہاگہ، ہینگ، منسل، رسونت، گوگل، شلاجیت، بھنگ اور شنگرف۔

شودھن

پارہ شُدّھ کرنے کا طریقہ

پارہ کو ترپھلا کے کاڑھے میں ایک روز تک کھرل کر کے پانی سے دھو ڈالیں، دوسرے روز دہی سے کھرل کریں، اسی طرح پانچ روز ترپھلا کے کاڑھا میں اور پانچ روز آبِ لہسن (لکھوم) میں اور پانچ روز آب برگِ پان میں بالترتیب کھرل کر کے تُرش کانجی سے دھولیں۔

گندھک شُدھ کرنیکا طریقہ

لوہے کے کڑچھے میں گھی گاؤ ڈال کر گرم کر کے اس میں ایک تولہ گندھک آملہ سار ڈالیں، پگھلنے پر اسے گائے کے دودھ میں ڈال دیں پھر نکال کر پانی سے دھو ڈالیں۔ اسی طرح تین بار کے عمل سے گندھک صاف ہو جائے گی۔ آگ نرم رکھیں ورنہ گندھک جل جائے گی۔

شِنگرف شُدّھ کرنے کا طریقہ

شِنگرف رُومی کو پہلے بھیڑ کے دودھ میں اور پھر رس لیموں میں ایک ایک ہفتہ کھرل کر کے، پانی سے دھولیں اور دھوپ میں خشک کریں۔

کجلی بنانے کا طریقہ

پارہ اور گندھک (شُدّھ) برابر وزن کو کھرل کریں۔ یہ سیاہ

سفوف کی شکل میں تبدیل ہو جائے گا۔ اسے اتنا کھرل کریں کہ پارہ کی چمک نہ رہے بس کجلی تیار ہے۔ رسول میں جہاں کہیں پارہ و گندھک نسخہ کے جزو ہوں ان دونوں کو ہمیشہ پہلے کجلی بنانا ہی مقصود ہوتا ہے۔

جیپال (جمالگوٹہ) مدبّر کرنے کا طریقہ

جمالگوٹہ کے بیجوں کو ۲۴ گھنٹے تک گائے کے گوبر میں بھگو رکھیں۔ پھر چھلکے اُتار کر مغز نکالیں اور مغزوں کو ۱۶ گنا دُودھ میں بذریعہ ڈولا جنتر اُبال لیں۔ پھر پانی سے دھو کر مغز کے پتے نکال کر دُور کریں۔ اب دھوپ میں خشک کریں۔ تیار ہے۔

احتیاط:۔ جمالگوٹہ آنکھوں کو نہ لگنا چاہیے۔ اگر اتفاقاً لگ جائے تو گھی لگائیں۔

بچھناک (میٹھا تیلیہ) شُدّھ کرنا

بچھناک کو ٹکڑے ٹکڑے کر کے ۴ گنا دُودھ بکری میں تین گھنٹے تک اُبال کر، پھر پانی سے دھو کر دھوپ میں سُکھالیں۔ شدھ ہو گا۔

شناخت:۔ سُوئی چھیدنے پر اگر سُوئی دوسری طرف نکل جائے تو تیّار سمجھیں۔

کچلا (اذراقی) مدبّر کرنا

کچلا کو سات دن تک گئو مُوتر میں بھگو رکھیں۔ گئو مُوتر ہر روز بدلتے رہیں۔ چھلکا نرم ہو تو چھلکے اُتار کر اندر سے پتّہ بھی نکال دیں۔

اس کے بعد کچلا کو ۱۶ گنا دودھ میں بذریعہ ڈولا جنتر پکائیں، جب دودھ مانند ربڑی گاڑھا ہو جائے تب اُتار کر اور پانی سے دھو کر برابر وزن گھی دیسی میں بھون لیں، شدھ کچلا تیار ہے۔

احتیاط :- دودھ کو محفوظ جگہ میں دبا دیں تاکہ کوئی جاندار پی کر نقصان نہ اٹھائے۔

بھلاوہ (بلادر) شدھ کرنا

پختہ بھلاوے جو پانی میں ڈوب جائیں، اینٹ پر گھسنے سے شدھ ہو جاتے ہیں۔ یہ پاک و کواتھ میں ڈالے جاتے ہیں۔

دیگر :- بھلاوے ایک کپڑے کی پوٹلی میں باندھ کر بھینس کے گوبر میں ۴ گنا پانی ملا کر ڈولا جنتر میں نرم آنچ دیں۔ ۱۲ گھنٹے کے بعد دوبارہ چار چار پہر گئو موتر اور گائے کے دودھ میں اُبالیں اور بعد میں اِن کو پانی میں دھو کر سب کے اُوپر کی ٹوپی کو احتیاط سے دُور کر دیں۔ پھر ناریل کے پانی میں بارہ گھنٹے اُبلنے سے یہ قابلِ استعمال ہو جاتا ہے۔

دھتورہ (جوز ماثل) شدھ کرنا

دھتورہ سیاہ کے پختہ بیج گئو موتر میں ۱۲ گھنٹے تک بھگو رکھیں پھر خشک ہو جانے پر لکڑی کے ڈنڈے سے کوٹ کر چھلکوں کو جدا کر دیں۔ دھتورہ شدھ ہو جائے گا

بھنگ شودھن بھنگ کے پتے پانی میں اُبالیں، پھر نچوڑ کر خشک کر کے اور کڑاہی میں ڈال معمولی حرارت

دینے سے بھنگ شُدّھ ہو جاتی ہے۔

ہینگ (حلیتت) شُدھ کرنا

ہینگ گھی میں بھون کر شُدّھ کی جاتی ہے۔

سُہاگہ شُدّھ کرنا سُہاگہ باریک پیس کر آہنی توے پر ڈالیں۔ نیچے آگ جلائیں۔ سُہاگہ کھِیل (شِگفتہ) ہو جائے گا۔ بس یہی شُدّھ سہاگہ ہے۔ اِسے سُہاگہ بریاں بھی کہتے ہیں

منسل شُدّھ کرنا منسل کے سفوف کو موٹے کپڑے کی تھیلی میں بھر کر بکری کے پیشاب میں بذریعہ ڈولا جنتر میں ۳ گھنٹے تک پکائیں، پھر اسی طرح ۳ گھنٹے تک ہلدی کے کاڑھے میں اُبالیں پھر ۳ گھنٹہ رس ادرک میں کھرل کر کے خشک کر لیں۔ منسل شُدّھ ہو جائے گا۔

گُوگل شُدّھ کرنا ایک پاؤ ترِپھلا میں ۴ سیر پانی ڈال کر کاڑھا تیار کریں۔ ایک سیر باقی رہنے پر چھان لیں۔ اِس کاڑھے کو دوبارہ کڑاہی میں ڈال کر آگ پر رکھیں اور ایک پاؤ گوگل کپڑے میں ڈال کر کڑاہی کے دونوں کنڈوں سے باندھ دیں۔ کڑاہی میں سے گرم گرم کاڑھا لے کر کپڑے میں پڑے گوگل پر ڈالتے رہیں اور ہلاتے جائیں۔ گوگل پگھل کر نیچے کڑاہی میں آجائے گا۔ کپڑے میں جو مَیل بچ جائے اُسے ناکارہ سمجھ کر پھینک دیں۔ نیچے کڑاہی میں گوگل اور ترِپھلا کا گھول برآمد ہو گا۔ اِسے نتھار لیں اور گاڑھا کر کے خشک کر لیں۔ بس شُدّھ ہو گا۔

رسونت بنانے کی ترکیب

سبز دار ہلدی کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کر کے انہیں کوٹ کر ۱۶ گنا پانی میں اس قدر پکائیں کہ باقی آٹھواں حصہ پانی رہ جائے۔ پھر اسے چھان کر برابر کا دودھ ڈال کر پکائیں۔ جب مثل کھویا ہو جائے تب اُتار کر پتوں کے ڈونوں میں بھر لیں اور دھوپ میں خشک کر لیں بس تیار ہے۔ رسونت مصفی خون ہے۔ یہ امراض چشم، زخموں، پھوڑے پھنسیوں اور خونی امراض کے لئے سود مند ہے۔

نوٹ:۔ دودھ ڈالنے سے رسونت صرف چار ماہ تک رہ سکتی ہے لہذا بلا دودھ تیار کرنے سے عرصہ تک خراب نہیں ہوتی۔

رسونت شدھ کرنا بازاری رسونت مندرجہ بالا ترکیب سے تیار نہیں کی جاتی۔ اس لئے وہ مصفی نہیں ہوتی اور اسے کام میں لانے کے لئے شدھ کرنے کی ضرورت ہوتی ہے۔

بازاری رسونت کوٹ کر دس بارہ گھنٹے تک پانی میں بھگوئیں۔ پھر مسل کر کپڑے میں چھان لیں اور اوپر سے صاف پانی نتھار کر آگ پر گاڑھا کر لیں۔ یہ احتیاط رکھیں کہ برتن کے نیچے کی گار مٹی وغیرہ اس کے ساتھ نہ آجائے۔ رسونت شدھ ہو گی۔

شلاجیت شدھ کرنا آدھ سیر ترپھلا کوٹ کر ۳۲ سیر پانی میں پکائیں جب ۸ سیر پانی رہ جائے تب اُتار کر چھان لیں۔ اس کاڑھے میں تین پاؤ شلاجیت پھر ڈال کر ۲۴ گھنٹے تک بھگو رکھیں۔ پھر دوبارہ جوش دیں اور اوپر سے

صاف پانی نتھار کر آگ پر پکائیں اور گاڑھا ہونے پر اُتار لیں۔ بس شُدھ اگنی تاپی سلاجیت تیار ہے۔

اگر سورِیہ تاپی سلاجیت بنانی ہو تو اِس پانی کو بجائے آگ کے تیز دُھوپ میں رہنے دیں۔ خشک ہونے پر سورج تاپی سلاجیت تیار ہو گی جو بلحاظ فوائد اگنی تاپی سے کہیں زیادہ اعلیٰ ہو گی۔

احتیاط رہے کہ کھُلی ہوا میں رکھنے سے کہیں گرد و غبار نہ پڑے لہذا صاف شیشہ یا کپڑا اُوپر بچھا دیں۔

نوٹ:۔ سنکھیا و ہڑتال شودھن کا طریقہ کُشتہ جات کے بیان میں درج ہے۔

اگنی کمار رس (رسیندر سار)

اجزا:۔ شُدھ پارہ، شُدھ گندھک، شُدھ سُہاگہ بریاں۔ ایک ایک تولہ، شُدھ مِیٹھا تیلیہ ۳ تولہ، کُشتہ سنکھ، کُشتہ کوڑی یعنی خرمہرہ، دو دو تولہ، مرچ سیاہ ۸ تولہ۔ جُملہ ادویات کوٹ چھان کر رس لیموں میں کھرل کر کے ایک ایک رتی کی گولیاں بنا لیں۔

خوراک:۔ ایک ایک گولی صبح و شام ہمراہ عرق سونف یا گرم پانی۔

فوائد:۔ ہاضمہ بڑھاتا ہے، بھوک زیادہ لگتی ہے، کھانے کی کی طرف رغبت پیدا ہوتی ہے، سنگرہنی اور اسہال کو رفع کرتا ہے۔ جنھیں کھانا ہضم نہ ہوتا ہو اُن کے لیئے یہ رس تحفہ نایاب ہے کیونکہ یہ آلاتِ انہضام کو خاطر خواہ تقویت پہنچا کر خوراک کو ہضم کر کے جُزوِ بدن

بناتا ہے اور یہ معدہ کی چاروں قوتوں (جاذبہ، ماسکہ، ہاضمہ، دافعہ) کو طاقت دیتا ہے۔

اگنی تنڈی رس (بھیشج رتناولی)

اجزاء:- پارہ شدھ، گندھک شدھ، میٹھا تیلیہ شدھ، ترپھلہ، اجوائن دیسی، سجی کھار، جوکھار، جڑ چترا، پانچوں نمک، زیرہ سیاہ۔ ترکٹا، کچلہ شدھ سب برابر برابر کوٹ پیس کر رس لیموں میں کھرل کریں اور حبوب بقدر مرچ سیاہ بنالیں۔

خوراک:- ایک ایک گولی صبح و شام ہمراہ عرق سونف یا گرم پانی۔

فوائد:- حرارتِ ہاضمہ کو تیز کر کے بھوک لگاتا ہے۔ پیٹ سے ہوا خارج کرتا ہے، غذا میں رغبت پیدا کرتا ہے۔ امراضِ معدہ اور قوتِ باہ کو بھی نفع دیتا ہے۔

اجیرن کنٹک رس

اجزاء:- بچھناگ، میٹھا تیلیہ شدھ، سہاگہ بریاں، شنگرف شدھ۔ ایک ایک تولہ۔ مرچ سیاہ ۲ تولہ۔

ترکیب:- میٹھا تیلیہ کو رس لیموں میں ۲ گھنٹے تک کھرل کر کے پھر شنگرف ڈال کر ۲ گھنٹے تک کھرل کریں۔ بعد ازاں باقی ادویات اس میں شامل کر کے رس لیموں میں ۲ دن تک کھرل کریں اور ایک ایک رتی کی گولیاں بنالیں

خوراک:- ایک تا ۲ گولی۔ دن میں دوبار، کھانا کھانے کے بعد

کمرہ مین نہ آیا کرو ڈاکٹر (چینپا کی طرف مخاطب ہو کر) کیون چنپیا جوتہ کیون نہین پہنتی چینپا میان بار بار پہنے اتارنے مین الکس سا آتا ہے اب پہنا کرو ن گی ڈاکٹر جا جو کہدیا ہے اسکو نہ بھولنا اور ذرا کپڑے صاف رکھا کر +

چینپا جب چلی گئی تو ڈاکٹر نے خیر النسا کو اُسکے بارے مین کہہ دیا کہ یہہ محض بیوقوف ہے اسے راستی سے سمجہا دیا کرو پہر سب اپنے اپنے کام مین لگے اور ڈاکٹر کے حسب دلخواہ بچہ کی پرورش ہونے لگی +

ایک دن حسب معمول بڑی بی اسپتال کے میدان مین لڑکے کو لئے پہرتی تہی ناگاہ اُسکی نظر اُن بچون پر پڑی جو اسپتال مین ڈاکٹر صاحب کے ملاحظہ کے واسطے آئے تہے - جب اُنکے پاس گئی تو سب کے بازون پر پہنسیان سی دیکہین اُنکو دیکہکر بلا دریافت حال ہلتی کانپتی بہاگی ہوئی گہر مین آئی اور لڑکے کو خیر النسا کی گود مین دیدیا گہر والون نے بڑی بی کو بدحواس دیکہہ کر گہبراہٹ کا سبب دریافت کیا بڑی بی (ایک لمبی سانس بہر کر) اے ہے بیسیون ہاتہہ کٹے بچے اسپتال مین بیٹہے ہین خیر النسا (چہاتی پر ہاتہہ مار کر) اے کن نگوڑون نے بچے معصومون کے ہاتہہ کاٹے +

بچون کے ٹیکا لگانا

ابی ٹریھابی نے کچہ جواب نہین دیا تہا کہ ڈاکٹر نے گہر مین اکر ٹبری بی سے کہا لڑکے کو ذرا باہر لے چلو نیک بی کیون ڈاکٹر لڑکے کے ٹیکا لگانیکا ارادہ ہے نیک بی ٹیکا کیسا ڈاکٹر چیچک نہ نکلنے کے لئے بچون کے بازو پر گود دیا جاتا ہے نیک بی ناجابت اسکو مت لیجائیو سیہ موئے حجانہار گودنے والے جاڑون مین ہمارے نجیب آباد مین بھی جایا کرین ہین سولاکہہ صاحبی بگڑ گئی ہے پر ہماری حویلی مین اب بھی کوئی پرندہ پر نہین مارتا اسلئے جندنون مین یہہ موئے دہان جاتے ہین چھوٹی ذات کی عورتین اُن کے ڈر کے مارے اپنے بچون کو ہماری حویلی مین کراتی ہین زیب النسا نیک بی سے مخاطب ہوکر) اے بی ایسا سنا ہے یہہ لوگ نشتر چبھو کر دیکھتے پہرا کرتے ہین کہ بچون کے خون نکلے یا دودہ بس جس کے دودہ نکلے گا اُسکو پکڑ کر لیجائینگے نیک بی نا بی ہمارے گادون مین تو یون اُڑ رہی ہے کہ جو ایک بچہ کو یہہ مارین تو پانچ روپیہ انکو ملتے ہین ڈاکٹر لاحول ولاقوۃ خدا جانے تم عورتون کے یہہ توہمات باطل کب دور ہونگے نیک بی عورتین کیا بہتیرے مرد بھی یون ہی کہتے ہین ڈاکٹر جو مرد ایسا کہتے ہین اُنکی عقل عورتون سے بھی بدتر ہے - اماجان انگریزون کو مارنا ہو تو ایک ایک کو مین کر مار ڈالین مگر بادشاہونکا کام رعیت کو آرام پہنچانے کا ہوتا ہے

دست بند ہو جائیں گے، اگر اس سے دست بند نہ ہوں تو انار دانہ رگڑ کر کھانڈ ملا کر چٹائیں یا گری بادام کی سردائی بنا کر دیں۔

فوائد:- قبض کشا ہے۔ پیٹ کی غلاظت کو خارج کرتا ہے اور جب بھی پیٹ کو صاف کرنا مقصود ہو۔ اس رس کو استعمال کریں اس کے استعمال سے تقریباً ۲ گھنٹے کے اندر دست شروع ہو جاتے ہیں اور پیٹ فضلہ و غلاظت سے پاک و صاف ہو جاتا ہے۔

ارش کٹھار رس (رسیندر سار)

اجزاء:- شدھ پارہ ۴ تولہ، شدھ گندھک، کشتہ فولاد، کشتہ تانبا۔ ۸-۸ تولہ، دنتی، ترکٹا، زمین قند، بنسلوچن، سہاگہ شدھ، جوکھار، نمک سیندھا۔ ۲۰-۲۰ تولہ۔ پہلے کجلی بنا کر پھر باقی ادویہ کجلی میں ملا کر دودھ تھوہر ۳۲ تولہ شامل کریں۔ بعد ازاں گئوموتر ڈیڑھ سیر میں کھرل کر کے گولا بنائیں اور آہنی کڑاہی میں آگ پر پکائیں۔ بخوبی پک جانے پر باریک پیس کر چنے کے برابر گولیاں بنالیں۔

خوراک:- ۲ تا ۴ گولی ہمراہ شیر گاؤ یا تازہ پانی۔

فوائد:- دائمی قبض اور ریحی (بادی) بواسیر کے لئے بہت مفید ہے۔ بواسیر کے مسّے خشک ہونے لگتے ہیں، بواسیری جلن و تکلیف کو تسکین دیتا ہے، پاخانہ کو نرم کر کے بافراغت خارج کرتا ہے اور قوّتِ ہاضمہ کو بڑھاتا ہے۔

آنند بھیرو رس (رسیندر سار)

اجزاء:۔ شُدھ گندھک، شُدھ میٹھا تیلیہ، شُدھ سہاگہ، شُدھ شنگرف، ترکُٹا برابر وزن۔ سب کو رس لیموں میں کھرل کرکے ایک ایک رتی کی گولیاں بنائیں۔

خوراک:۔ ایک تا ۲ گولی ہمراہ عرق گاؤزبان یا شہد۔

فوائد:۔ وہ بخار جس میں درد ہوتے ہوں، اسہال آئیں اور جسم ٹوٹتا ہو، تو یہ بے حد زُود اثر ہے جسمانی سُستی اور بخار ہر قسم کے لئے بے نظیر دوائی ہے۔ اسہال کو بند کر دیتا ہے

اِندر وٹی (رسین رسار سنگرہ)

اجزاء:۔ رس سندھور، کُشتہ قلعی، چھال ارجن۔ برابر وزن

ترکیب:۔ اِن کو رس سُنبل موصلی کے ساتھ برابر ایک دن کھرل کرکے دو دو رتی کی گولیاں بنائیں۔ مگر رس نہ ملے تو کاڑھا بناکر استعمال کریں

خوراک:۔ ایک تا ۲ گولی ہمراہ دودھ، صُبح و شام

فوائد:۔ سُرعت انزال، احتلام، جریان منی اور ویرج کے نقائص کو دُور کرتی اور ویرج ضائع ہونے کے سبب چہرے کی زردی کو سُرخی میں بدل دیتی ہے، ویرج بکثرت پیدا ہونے سے دِل و دماغ میں تازگی آجاتی ہے، پوشیدہ جنسی قوت کی افزائش اور پتلے ویرج کو گاڑھا کرتی ہے قوتِ مردانہ کو اُبھارتی ہے اور کمزور مردوں کے لئے پیامِ شباب ہے

ایکانگ ویر رس (نگھنٹور تناکر)

اجزاء:۔ رس سندھور، شدھ گندھک، کانت لوہ بھسم، کشتہ قلعی، کشتہ سیسہ، کشتہ تانبا، کشتہ ابرک سیاہ، کشتہ فولاد، مرچ سیاہ، مگھاں، سونٹھ، سب برابر وزن۔

ترکیب:۔ انہیں ترپھلا، ترکٹا، نرگنڈی، ادرک، جرڑ چترا، کنڈ بھاو، ہار سنگھار، چھال سہانجنا، آملہ، کچلہ شدھ اور آک کی جڑ کے علیحدہ علیحدہ کاڑھے کی بھاونا دے کر ایک ایک رتی کی گولیاں بنائیں۔

خوراک:۔ ا تا ۲ گولی ہمراہ پانی یا راسناوی عرق، دن میں تین بار۔

فوائد:۔ یہ رسائن فالج، ادھرنگ، لقوہ، گنٹھیا، ریاحی امراض اور وجع المفاصل (درد جوڑ) میں خاطر خواہ فائدہ کرتا ہے، رینگن (عرق النساء) یعنی وہ درد جو پُشت سے کمر تک جاتا ہے۔ اِس کے استعمال سے رفع ہو جاتا ہے۔

امیر رس (اِسدھ بھیشج)

اجزاء:۔ رسکپور، شنگرف شدھ، دار چکنا۔ ایک ایک تولہ۔

ترکیب:۔ شنگرف اور دار چکنا کو کوٹ کر مونگ کے برابر ٹکڑے کر لیں اور گوٹا چاندی میں سے سوت نکال کر باریک ٹکڑے کر لیں۔ بعد ازاں آہنی توے پر نمک سیندھا ہ توے بچھا کر اوپر رسکپور والے ٹکڑے پھیلا دیں اور انہیں گوٹے سے ڈھانپ دیں اور آٹھ توے

نمک سینندھا لیکر چاروں طرف کناروں کو اس طرح باندھے، کہ پیالی سی معلوم ہو، پھر چینی کی پیالی اُوندھی رکھ کر ڈھانپ دیں۔ اس کے بعد نمک سینندھا ۸ تولہ، گوند کتیرا ۲ تولہ پانی میں بھگو کر اس سے توے اور پیالی کے جوڑ مضبوطی سے لگا دیں۔ اور نیچے بیری کی آگ جلائیں ۱۲ گھنٹے تک نرم آنچ دیں۔ بعدہٗ سرد ہونے پر اُوپر کی پیالی سے امیر رس نکال لیں۔

خوراک:۔ نصف رتی تا ۲ رتی منقیٰ میں علی الصبح رکھ کر دیں۔ منقیٰ سالم نگلا جائے، دانتوں کو ہرگز نہ لگے یا کیپسول میں ڈال کر دیں۔ یہ رسائن سات روز سے زیادہ نہ دیں۔

فوائد:۔ یہ رسائن ہر قسم کے نئے اور پرانے آتشک اور وجع المفاصل (درد جوڑ) کے لئے اعلیٰ ترین اور ہمہ صفت موصوف ہے۔

خوراک:۔ غذا میں گندم کی روٹی، گائے کا دودھ، مصری ملا کر دیں، اس کے علاوہ کوئی غذا کھانے کو نہ دیں۔ نمک بھی نہ دیں۔

اُنماد گج کیسری رس

اجزاء:۔ پارہ شدھ، گندھک، آملہ سار شدھ۔ منسل شدھ۔ بیج دھتورہ سیاہ شدھ۔ برابر وزن

ترکیب:۔ پہلے پارہ و گندھک کی کجلی تیار کریں، بعد میں دھتورہ کا سفوف ملا کر وریچ کے جوشاندہ سے کھرل کریں۔ بعد میں منسل ملا کر دوبارہ جوشاندہ وریچ سے کھرل کریں، اب

اس مرکب کو رس برہمی بوٹی اور جوشاندہ ورچ سے سات سات بار بھاونا دے کر دو دو رتی کی گولیاں بنالیں۔
اگر تازہ برہمی بوٹی کا رس نہ مل سکے تو خشک بوٹی کا کاڑھا بنا کر کام میں لائیں۔
خوراک:۔ ایک تا ۲ گولی ہمراہ برہمی گھرت یا دودھ گائے
فوائد:۔ جنون (پاگل پن)، مرگی، مالیخولیا، بھوت اُنماد (جنون کی ایک قسم ہے)، یادداشت کی کمی و دماغی امراض اور مرض ہسٹیریا میں نہایت کارآمد ہے۔ نیز اُن پاگلوں کے لیے مؤثر ہے جو ہمیشہ خاموش رہتے ہیں۔

بسنت کسماکر رس (رسیندر سار)

اجزاء:۔ کشتہ سونا، کشتہ چاندی ۲-۲ تولہ، کشتہ قلعی، کشتہ سیسہ، کانت لوہ ہر ایک ۳ تولہ، کشتہ ابرک سیاہ، کشتہ مرجان، کشتہ موتی ہر ایک ۴ تولہ۔
ترکیب:۔ مذکورہ بالا ادویہ کو دودھ گائے کی بھاونا دیں بعد میں رس گنا، رس برگ بانسہ، لاکھ کا کاڑھا۔ مشک بالا کا کاڑھا، جڑ کیلا کا رس، کیلے کے پھول کا رس، سفید کنول کا رس، مالتی کے پھول کا رس، ہر ایک رس کی سات سات بھاونا دے کر ایک تولہ کستوری ملا کر ایک ایک رتی کی گولیاں بنالیں۔
خوراک:۔ ایک تا ۲ گولی ہمراہ دودھ مصری، بالائی یا مکھن

دفعیہ جریان کے لئے ہلدی، شکر اور شہد ملا کر دیں، قلّت منی ہو تو ستاور، اسگندھ اور مصری کے ساتھ دینے سے منی بکثرت پیدا ہوگی، اصلاح منی اور جریان منی کے لئے شلاجیت کے ساتھ اور دماغی کمزوری کے لئے کشمانڈ اولیہ میں دیں، جسمانی طاقت کے لئے چترجات یا چندن سفید کے سفوف میں ملا کر دیں۔

فوائد:۔ یہ دل، دماغ، نظر اور خصیوں کو طاقت بخشتا ہے ذیابیطس کے لئے مشہور رسائن ہے، جنرل ٹانک ہے، اور ویرج بکثرت پیدا کرکے مادہ منویہ کی اصلاح اور رقیق مادہ منویہ کی تغلیظ کرتا ہے۔ تخم اولاد پیدا ہو کر باعث استقرار حمل ہوتے ہیں۔ یادداشت کی کمی، دل کی گھبراہٹ و کمزوریٔ دل، جسمانی کسلمندی، کھانسی بوڑھوں کی کھانسی، سانس لینے میں دشواری اور ضعفِ بدن میں اکسیر ہے سیلانِ خون خواہ کسی عضو سے جاری ہو اور کثرتِ طمث (ماہواری کی زیادتی) خونِ حیض کو فوراً بند کرتا ہے، بیماری کے بعد جسم کی کمزوری کے لئے یہ ٹانک نعمتِ غیر مترقبہ ثابت ہوتا ہے۔

بسنت مالتی رس (سورن)، (بھیشج رتناولی)

اجزاء:۔ کشتہ سونا ۱ تولہ، موتی اصلی ۲ تولہ، شنگرف ۳ تولہ مرچ سیاہ ۴ تولہ، کھریا ۸ تولہ باریک پیس کر مکھن ۲½ تولہ میں کھرل کریں، بعد ازاں رس لیموں میں اتنا کھرل کریں کہ مکھن کی چکنائی مفقود ہو جائے۔ تب ایک۔ ایک۔ رتی کی گولیاں بنالیں۔

خوراک :۔ ایک گولی یا نصف گولی ہمراہ عرق گلو، مکھن یا شہد
فوائد :۔ دِق، سِل، پُرانا بخار، ملیریا، آنتوں کی دق، دمہ، کھانسی، ضعف معدہ کو نافع ہے۔ پرانے بخاروں میں جب جسم بہت لاغر اور خون کم ہو گیا ہو نیز مریض کی قوتِ مدافعت معدوم ہو گئی ہو تو یہ رس جسم کو طاقت دے کر مرض کا مقابلہ کرنے کی طاقت اور خون کی کمی پُورا کرتا ہے
ٹائیفائیڈ بخار میں جب مریض زیادہ حرارت (ٹمپریچر) کے سبب گھبراہٹ اور بے چینی محسوس کرتا ہو تو لبسنت مالتی رس ٹمپریچر پر قابُو پا لیتا ہے اور بخار کی گھبراہٹ کو دُور کرتا ہے۔

برہت بنگیشور رس

اجزاء :۔ کُشتہ قلعی، پارہ شُدھ، گندھک آملہ سار شُدھ کُشتہ چاندی، کُشتہ ابرک سیاہ۔ مشک کافور۔ ہر ایک ۱ تولہ
ترکیب :۔ پارہ و گندھک کی حسب معمول کجلی بنا کر اِس میں کُشتہ چاندی و کُشتہ ابرک سیاہ شامل کریں اور رس بھنگرہ میں تین دِن کھرل کر کے پھر مُشک کافور ملا دیں اور ایک ایک رتی کی گولیاں بنا کر سایہ میں خشک کریں۔ دُھوپ میں خشک نہ کریں ورنہ مُشک کافور اُڑ جائے گا اور دوا کا اثر کم ہو جائے گا۔
خوراک :۔ ایک تا ۲ گولی روزانہ، ہمراہ تازہ مکھن، دودھ یا بالائی
فوائد :۔ یہ رس لاعلاج پرمیہہ (جریانِ منی)، سُرعت انزال،

سوپن دوش (احتلام) اور ذکاوتِ حِس کی زیادتی کو دُور کرنے میں تریاق ہے۔ جن مردوں کے وِیرج میں اولاد پیدا کرنیوالے کیڑے (حیوانۂ منی) موجود نہ ہوں جس سے بے اولادی کا منہ دیکھنا پڑے۔ تو یہ رس اُن کے وِیرج میں اولاد پیدا کرنیوالے کیڑے پیدا کرتا ہے جس سے مردانہ مادۂ تولید میں حمل قرار پانے کی طاقت و صلاحیت پیدا ہو جاتی ہے۔

برہت وات چنتامنی رس

اجزاء:۔ کُشتہ سونا ۳ ماشہ، کُشتہ چاندی، کُشتہ ابرک سیاہ، ۲-۲ ماشہ، کُشتہ فولاد ۵ ماشہ، کُشتہ مرجان ۳ ماشہ کُشتہ موتی ۳ ماشہ، رس سندھور ۷ ماشہ۔

ترکیب:۔ رس سندھور کو عمدہ کھرل میں باریک پیس کر پھر رس گھیکوار میں اس قدر کھرل کریں کہ اِس کی چمک ختم ہو جائے۔ اِس کے بعد باقی ادویات شامل کر کے ایک روز تک رس گھیکوار میں کھرل کریں اور ایک ایک رتی کی گولیاں بنائیں۔

خوراک:۔ ایک ایک گولی صبح و شام ہمراہ شہد، مکھن یا بالائی

فوائد:۔ یہ رس مناسب بدرقہ کے ہمراہ دینے سے تمام قسم کی بیماریوں کو دُور کرتا ہے، وائیو (ریح) اور پت (صفرا) کے امراض، تبشون، مالیخولیا، مرگی، لقوہ، فالج، رعشہ اور پھوڑوں کی بیماریوں کے لئے بہت مفید ہے۔ بوڑھا مرد بھی شیرِ نر بن

جاتا ہے۔ وایُو کے ساتھ جب پت کی علامتیں ہوں اور وایُو کا عِلاج کرنے سے پت کا اور پت کا عِلاج کرنے سے وایُو کی علامتوں میں اضافہ ہوتا ہو تو یہ رس دونوں دوشوں کو دُور کر کے مریض کو صحت اور آرام پہنچاتا ہے۔ یہ رس نروس سسٹم یعنی اعصابی نظام کی خرابی اور کمزوری کو دُور کرتا ہے۔ دردوں میں بھی مفید ہے۔

پروال پنچامرت رس (رس یوگ ساگر)

اجزاء گُشتہ مرجان ۲ تولہ، گُشتہ موتی، گُشتہ سنکھ، گُشتہ سیپ، گُشتہ کوڑی ایک ایک تولہ۔

ترکیب:۔ ان سب کو ۶ تولہ آک کے دُودھ میں کھرل کر کے غولہ بنائیں اور گِل حِکمت کر کے گج پٹ کی آگ دیں، رس تیار ہوگا۔

خوراک:۔ ایک تا ۲ رتی ہمراہ شہد و پیپل و گلقند یا رُبّ انار، دن میں دوبار دیں۔

فوائد:۔ یہ رسائن پانچ کیلشیم کا مرکب ہے اور جسم میں کیلشیم کی کمی کو پُورا کرتا ہے۔ یہ تپ دق، ہڈیوں کی کمزوری، کھانسی، بخار، امراض سینہ و گلو، پھیپھڑوں کی کمزوری، دِل و دماغ کی کمزوری، دِل کی دھڑکن، یادداشت کی کمی، اسہال، سنگرہنی، امراضِ پیشاب، سوزشِ بول، جریانِ منی، ضعفِ معدہ، یرقان اور بلغمی امراض میں قابِلِ تعریف فائدہ پہنچاتا ہے۔

پرتاپ لنکیشور رس (یوگ رتناکر)

اجزاء:- پارہ شُدھ، گندھک شُدھ، مِٹھا تیلیہ شُدھ، کُشتہ ابرک سیاہ ہر ایک ۱ تولہ، مرچ سیاہ، ۳ تولہ، کُشتہ فولاد ۴ تولہ، کُشتہ سنکھ ۸ تولہ اُپلہ صحرائی (ایرنا) کی راکھ ۱۶ تولہ

ترکیب:- جملہ مُفردات کو ہمراہ پانی کھرل کر کے باریک سفوف بنالو۔

خوراک:- ایک تا ۲ رتی ہمراہ کاڑھا تلسی، رس ادرک یا شہد، دن میں تین بار۔

فوائد:- یہ پرسُوتی بخار اور جملہ علامات سردرد، کھانسی، قے، غشی میں مفید ہے۔ وضع حمل کے بعد رِحم کو موادِ فاسدہ اور غلاظت سے پاک و صاف کرتا ہے۔ رِحم کے نقائص رفع کرتا ہے اور اسے سکوڑ کر طبعی حالت پر لاتا ہے۔ پرسُوتی بخار کے بعد خرابیٔ رِحم کے سبب جب جنُون (پاگل پن) کا عارضہ لاحق ہو تب یہ عظیم الفوائد رس اپنا اعجاز دکھاتا ہے۔

پردرانتک رس

اجزاء:- پارہ شُدھ، گندھک شُدھ، کُشتہ قلعی، کُشتہ چاندی، کُشتہ کوڑی زرد - ۶-۶ ماشہ، کُشتہ فولاد ۳ تولہ۔

ترکیب:- پارہ و گندھک کی کجلی بنا کر باقی ادویہ ملا دیں اور

رس گھیکوار میں ایک روز کھرل کر کے ۲-۲ رتی کی گولیاں بنائیں۔
خوراک:۔ ایک ایک گولی صبح و شام ہمراہ چاول کا پانی یا دودھ۔
فوائد:۔ سیلان الرحم (پردر) یعنی لیکوریا اور زیادتی حیض میں یہ رس بہت مفید ہے یعنی جو مستورات سفید پانی آنے کے سبب کمزور ہو جائیں، انہیں طاقت دیتا ہے، بہتے پانی کو فوراً بند کرتا ہے۔ گرنتھوں کا مشہور رس ہے۔

پورن چندر رس

اجزاء:۔ رس سندھور، کشتہ ابرک سیاہ، کشتہ فولاد، کشتہ سونا مکھی، شلاجیت شدھ، سفوف بابڑنگ برابر وزن
ترکیب:۔ رس سندھور کو باریک پیس کر ازاں بعد پانی کے ساتھ اس قدر کھرل کریں کہ اس میں چمک بالکل نہ رہے۔ پھر شلاجیت ڈال کر خوب کھرل کریں کہ مانند لئی ہو جائے۔ اب اس میں بقایا ادویات ملا کر پانی کے ساتھ ایک روز تک کھرل کر کے تین تین رتی کی گولیاں بنالیں۔
خوراک:۔ ایک تا ۲ گولی صبح و شام ہمراہ دودھ گائے۔
فوائد:۔ یہ مایۂ ناز رس جریانِ منی، احتلام، دیرج کی کمی و کمزوری کو دور کرتا ہے، احتلام کو روکنے کے لئے تو خاص عجوبہ ہے، مردانہ طاقت کو بڑھا کر جوان مردی اور تازہ خون پیدا کرتا ہے دبلے پتلے انسانوں کو موٹا تازہ بنا کر رگ رگ میں طاقت بھر دیتا ہے۔

تربھون کیرتی رس (یوگ رتناکر)

اجزاء:۔ شنگرف شدھ، مٹھا تیلیہ شدھ، سہاگہ، پیپلا مول۔ سب برابر برابر لیکر رس تلسی، رس ادرک اور رس برگ دھتورہ میں تین تین بھاونا دیں۔

اب ایک ایک رتی کی گولیاں تیار کریں۔

خوراک:۔ ایک تا ۲ گولی ہمراہ رس پان یا شہد، دن میں تین بار۔

فوائد:۔ بادی بلغمی بخار، سنپات (تینوں خلطوں سے مرکب بخار)، مریض کے ہاتھ پاؤں بہ سبب نقاہت سست اور سرد ہونے لگیں اور نبض بھی مدھم ہوگئی ہو تو یہ رس دوبارہ زندگی بخشتا ہے یہ رس بلغمی بخاروں کے لئے ہی مخصوص ہے اور گرنتھوں میں اس کی بیحد تعریف کی گئی ہے۔ انفلوئنزا اور نمونیہ کے لئے بھی مفید ہے۔

جور آری ابرک (رسیندر سار)

اجزاء:۔ شدھ پارہ، شدھ گندھک، شدھ مٹھا تیلیہ، کشتہ تانبا، کشتہ ابرک ہر ایک ا تولہ، تخم دھتورہ ۲ تولہ، ترکٹا ۵ تولہ۔ ان سب کو کوٹ چھانکر آب ادرک میں کھرل کرکے ایک ایک رتی کی گولی بناویں

خوراک:۔ ایک تا ۲ گولی ہمراہ شہد یا رس ادرک دن میں تین بار۔

فوائد:۔ پرانے بخاروں، کھانسی، دمہ، انفلوئنزا اور گلے

کے بڑھے ہوئے ٹانسلز کو نافع ہے۔

چندر امرت رس (رسیندر سار)

اجزاء:۔ سونٹھ، مرچ سیاہ، مگھاں، ہرڑ، بہیڑہ، آملہ، چبھ، زیرہ سیاہ، نمک سیندھا، دھنیا۔ ہر ایک ۱ تولہ، سب کا سفوف بنا کر دودھ بکری میں ۶ گھنٹے کھرل کر کے گندھک شدھ پارہ شدھ کشتہ فولاد، مرچ سیاہ کا سفوف، دو دو تولہ، سہاگہ بریاں ۴ تولہ ملاؤ پہلے پارہ و گندھک کی کجلی بنا کر پھر کشتے و مرچ کا سفوف ملائیں۔ اور بعد ازاں تین گھنٹے تک بکری کے دودھ میں کھرل کر کے ۳-۳ رتی کی گولیاں بنائیں۔

خوراک:۔ ایک گولی تا ۲ گولی ہمراہ دودھ بکری یا شہد و سفوف مگھاں ملا کر دن میں دو تین بار دیں۔

فوائد:۔ ہر قسم کی کھانسی، خون یا بلغم آنا، خشک کھانسی، بخار کے ساتھ کھانسی، پرانی کھانسی، سانس لینے میں دشواری، یرقان، باؤ گولہ، پیٹ درد، قوتِ ہاضمہ کا کمزور ہونا وغیرہ کے لئے یہ رس زود اثر ہے۔ کھانسی تو دو تین روز میں دور ہو جاتی ہے۔

چترنبھج رس

اجزاء:۔ رس سندھور ۲ تولہ، شدھ منسل، شدھ ہڑتال ورقیہ، کشتہ سونا، کستوری نیپالی۔ ایک ایک تولہ۔

ترکیب :- رس سندھور کو باریک کرکے رس گھیکوار میں اس قدر کھرل کریں کہ اس کی چمک ختم ہو جائے ۔ پھر باقی ادویہ ملا کر رس گھیکوار میں کھرل کریں ۔ اب اس کی ایک ٹکیہ بنا کر ارنڈ کے سبز پتّوں میں لپیٹ کر اُوپر دھاگہ لپیٹ دیں اور جَو کے ڈھیر میں تین روز تک دبائے رکھیں ۔ پھر نکال کر ایک ایک رتی کی گولیاں بنا لو ۔

خوراک :- ایک ایک گولی صبح و شام ۔ ایک چمچہ شہد میں چار رتی ہرڑ کا چورن ملا کر اس کے ہمراہ گولی نگلوا دیں اور اُوپر سے دودھ گائے نیم گرم کا ایک پیالہ پلا دیں ۔

فوائد :- مرگی اور ہسٹیریا کے دُور کرنے میں لاثانی ہے ۔ نروس سسٹم کو درست کرکے اس کی کمزوری دُرست کرتا ہے اور نروس سسٹم (اعصابی نظام) کی کمزوری کے باعث کسی مرض کو زیادہ محسوس کرنا اور ہر وقت بیماری کے متعلق ذکر کرنے کی عادت ، بلاوجہ چور ڈاکو کا خطرہ رہنا ، نیز چڑچڑا پن دُور کرنے میں خاص طور پر فائدہ کرتا ہے ، دماغی خلل اور نیند کی کمی کو دُور کرکے دماغ کو سکون دیتا ہے ، پٹھوں کو طاقتور بناتا ہے ۔ نہایت بے مثل رسائن ہے ۔

رام بان رس (رسیندر سار)

اجزاء :- شُدھ پارہ ، شُدھ گندھک ، شُدھ میٹھا تیلیہ ، لونگ ، ہر ایک ۱ تولہ ، مرچ سیاہ ۲ تولہ ، جائفل نصف تولہ ۔
سب کو کُوٹ چھان کر رس املی میں کھرل کرکے گولیاں بقدر نخود بناؤ ۔

خوراک :- ایک یا ۲ گولی بعد از غذا ہمراہ گرم پانی یا عرق اجوائن۔
فوائد :- ہاضمہ کی مشہور دوا ہے، ہیضہ، سنگرہنی، درد پیٹ، قے، جی متلانا، غذا سے نفرت ہونا، اسہال اور بدہضمی کے لیے رام بان کا کام کرتی ہے۔

سِدھ پرانیشور رس

اجزاء :- گندھک شدھ، پارہ شدھ، کشتہ ابرک سیاہ ہر ایک ۴ تولہ۔ سجی کھار، سہاگہ بریاں، جو کھار، نمک سیندھا، نمک سونچل، وڑ نمک، سانبھر نمک، سمندر نمک، چھلکا ہرڑ زرد، آملہ (گٹھلی نکالا ہوا)، چھلکا بہیڑہ، سونٹھ، مگھاں، مرچ سیاہ، اندرجو، زیرہ سیاہ، زیرہ سفید، چترک کی جڑ کی چھال، اجوائن دیسی، بیج سوئے، ہینگ بریاں، ان سب کا سفوف ایک ایک تولہ۔
ترکیب :- پہلے پارہ و گندھک کی کجلی بنائیں۔ پھر دیگر ادویہ ملا کر ایک روز تک پانی میں کھرل کر کے خشک کر لیں۔
خوراک :- ۴ رتی تا ایک ماشہ پان میں رکھ کر دیں اوپر سے گرم پانی دو تین گھونٹ پلائیں۔ دن میں دو تین بار دیا جا سکتا ہے۔
فوائد :- جور اتی سار (اسہالی بخار)، جب بخار کے ساتھ دست آئیں۔ تو اس رس سے دست بند ہو کر بخار اتر جاتا ہے۔ یہ علامت معیادی بخار میں بھی پائی جاتی ہے۔ اس حالت میں بھی یہ دستوں کو بند کر کے بخار کو کم کرتا ہے۔ نیز بدہضمی، قے، دست،

پیٹ درد اور کھانا کھانے کے بعد ہونے والے درد یعنی پرنام شول میں بھی فائدہ مند ہے۔

سرواَنگ سُندر رس

اجزاء:- پارہ شُدھ، گندھک شُدھ، کُشتہ موتی، کُشتہ مرجان (پروال)، کُشتہ سنکھ ہر ایک ا تولہ، کُشتہ سونا، کُشتہ فولاد، ۶-۶ ماشہ، شنگرف رُومی شُدھ ۳ ماشہ۔

ترکیب:- پہلے گندھک و پارہ کی کجلی بنا کر پھر اس میں باقی ادویات (سوائے کشتہ فولاد اور شنگرف کے) ملا کر رس لیموں میں خوب کھرل کریں اور اس کی ٹکیاں بنا کر خشک کر لیں۔ پھر ان کو مٹی کے پیالے میں ڈال کر گل حکمت کر کے پانچ سیر اُپلوں کی آگ دیں۔ جب سرد ہو جائے تو پیالے سے دوا نکال کر اس میں کُشتہ فولاد اور شنگرف ملا کر کھرل کر لیں۔

خوراک:- ایک تا ۲ رتی صبح و شام ہمراہ شہد خالص ا تولہ و سفوف مگھاں ۴ رتی ملا کر یا رس ادرک، گائے کے مکھن یا پان میں رکھ کر بھی دے سکتے ہیں۔

فوائد:- تپ دق، تپ دق کی کھانسی اور بلغم کے لئے نہایت مشہور اور آزمودہ دوا ہے۔ تپ دق کے درجۂ حرارت کو کم کر کے طبیعت میں بشاشت لاتی ہے، دل اور دماغ کے علاوہ پٹھوں اور کمزور جسم کو طاقتور بناتی ہے۔ زرد چہرے پر

سُرخی لاتی ہے۔

سمرتی ساگر رس

اجزاء :۔ پارہ شُدھ، گندھک شُدھ، ہڑتال ورقیہ شُدھ منسل شُدھ، کُشتہ تانبا۔ ہر ایک ا تولہ۔

ترکیب :۔ پارہ و گندھک کی حسب معمول کجلی بنا کر علیحدہ رکھ لیں۔ پھر ہڑتال باریک کر کے ورچ کے کاڑھے میں خُوب کھرل کریں، حتیٰ کہ اس کی چمک ختم ہو جائے۔ تب اس میں منسل ملا کر دو گھنٹے تک کھرل کر کے کجلی و کُشتہ تانبا ملا کر ورچ کے کاڑھے کی ۲۱ بار بھاونا دیں۔ پھر برہمی کے رس کی ۲۱ بار بھاونا دیں۔ اس کے بعد تیل مالکنگنی کی ایک بھاونا دیں۔

نوٹ:۔ اگلی بھاونا دینے سے پہلے خُوب کھرل کر کے دوائی کو خشک کر لیا جائے۔

خوراک :۔ ایک تا ۲ رتی۔ برہمی گھرت، دُودھ گائے یا بالائی میں دیں۔

فائدہ :۔ مرگی کی لاجواب آیورویدک دوائی ہے۔ اور دماغ کو بے حد طاقت دے کر یادداشت قائم کرتی ہے اور بھُول کا مرض (نسیان) دُور ہو جاتا ہے۔

سُوت شیکھر رس

اجزاء:- پارہ شُدھ، گندھک آملہ سار شُدھ، کُشتہ سونا، کُشتہ تانبہ، کُشتہ سنکھ ہر ایک ۱ تولہ
سُہاگہ بریاں، مِٹھا تیلیہ شُدھ، سونٹھ، مرچ سیاہ، تیزپات، بیج دھتورہ شُدھ، دارچینی اصلی، الائچی خورد، ناگ کیسر، بلگری، کچُور ہر ایک کا سفوف ایک ایک تولہ

ترکیب:- پہلے پارہ و گندھک کی کجلی بنائیں۔ پھر مِٹھا تیلیہ و بیج دھتورہ مِلا کر رس بھنگرہ میں تین چار گھنٹے تک کھرل کریں۔ پھر باقی مفردات مِلا کر رس بھنگرہ میں تین روز تک کھرل کر کے ایک ایک رتی کی گولیاں بنالیں۔

خوراک:- ایک تا ۲ گولی، دن میں تین بار ہمراہ شہد یا دُودھ کھائے۔

فوائد:- امل پیت (ترشیِ معدہ) کے لئے یہ خاص اکسیر ہے۔ قے، پیٹ درد، متلی، پانچوں قسم کا بادِ گولہ، سنگرہنی کے تینوں دوشوں سے پیدا ہونے والے دست، ہاضمہ کی کمزوری، ہچکی، اپھارہ وغیرہ کو دُور کرتا ہے، آنتوں کی دق کے لئے بھی یہ رس نہایت مجرّب ثابت ہوا ہے۔ جب مریض بخار کی تیز حرارت سے باعث بہت گھبراہٹ اور بے چینی محسوس کرے تو اس کی ایک خوراک ہی جادُو کا اثر کرتی ہے۔ معیادی بخاروں میں بھی نافع ہے

شواس کٹھار رس (یوگ رتناکر)

اجزاء:- پارہ شُدھ، گندھک شُدھ، مِٹھا تیلیہ شُدھ منسل شُدھ ہر ایک ا تولہ - مرچ سیاہ ۸ تولہ
ترکیب:- گندھک و پارہ کی کجلی بنا کر اس میں مِٹھا تیلیہ، سُہاگہ، مرچ سیاہ یکے بعد دیگرے مِلائیں، مرچ ایک ایک ڈال کر کھرل کریں، بعد میں سونٹھ، مرچ سیاہ اور مگھاں ایک ایک تولہ کا باریک سفوف بنا کر مِلادیں۔
خوراک:- ایک تا ۲ رتی ہمراہ رس ادرک دِن میں ۲ بار۔
فوائد:- یہ رسائن کھانسی، دمہ، ضعف معدہ، کے لئے نفع بخش ہے، غشی، بیہوشی میں صِرف سُونگھانے سے ہی آرام ہو جاتا ہے۔ درد شقیقہ (آدھا سیسی درد) میں بھی مفید ہے۔ نیز بلغمی کھانسی کے لئے اکسیر ترین ہے۔

شرنگار ابرک رس (رسیندر سار)

اجزاء:- کُشتہ ابرک سیاہ، ۸ تولہ، مشک کافور، جاوتری، سگندھ بالا، گج پیپل، تیز پات، لونگ، جٹا مانسی، تالیس پتر، دار چینی، ناگ کیسر، پوکھر مُول، گل دھاوا ہر ایک ۶-۶ ماشہ، ہرڑ، بہیڑہ، آملہ، سونٹھ، مگھاں، مرچ سیاہ ہر ایک ۳-۳ ماشہ، الائچی، جائفل ایک ایک تولہ، گندھک شُدھ ا تولہ۔ پارہ شُدھ ۶ ماشہ۔

ترکیب :- اوّل پارہ و گندھک کی کجلی بنائیں۔ پھر باقی ماندہ ادویہ کو ملا کر پانی کی مدد سے بقدر نخود گولیاں بنالیں۔

فوائد :- ابتدائی تپ دق، دمہ، سانس کی تنگی، بخار، کھانسی کے لئے مفید ہے۔ پرانے بخاروں میں جب کھانسی کی شدت کے باعث مریض کو بے چینی ہو اور بلغم خارج ہونے میں دشواری کے سبب کھانستے کھانستے مریض کا دم پھول جاتا ہو تو ایسی حالت میں یہ رس خاص اثر دکھاتا ہے، کھانسی کو کم کر کے بلغم خارج کر دیتا ہے جس سے سانس لینے میں آسانی ہو جاتی ہے۔ یہ بخاروں کو بھی روکتا ہے پہلے درجہ کے تپدق میں کھانسی کو کم کر کے بخار کو دور کرتا ہے، خوراک میں رغبت پیدا کرتا اور بھوک کو بڑھاتا ہے، دمہ کے عارضہ میں سانس کی نالیوں میں سرسراہٹ و خشکی کی وجہ سے بلغم جم جاتی ہے۔ اس بلغم کو آسانی سے خارج کرتا اور بلغمی جھلیوں کو صاف کر کے مریض کو تسکین دیتا ہے۔

خوراک :- ۱ گولی صبح رس ادرک کے ساتھ دیں۔

شکر و لبھ رس

اجزاء :- پارہ شدھ، گندھک شدھ، کشتہ فولاد، ابرک سیاہ کشتہ چاندی، کشتہ سونا، کشتہ سونا مکھی ہر ایک ۳-۳ ماشہ، طباشیر اول۔ بھنگ کے بیج، ۴ تولہ۔

ترکیب :- پارہ و گندھک کی کجلی بنا کر باقی ادویہ اس میں ملا دیں اور بھنگ کے پتوں کے رس میں ۱۲ گھنٹے کھرل کر کے ۴-۴ رتی کی

گولیاں بنالیں۔

خوراک :- ایک تا ۲ گولی صبح و شام ہمراہ دُودھ نیم گرم۔

فوائد :- یہ قوت باہ اور امساک کو پیدا کر کے سرُور و عیش کی گھڑیوں میں حیرت انگیز اضافہ کرتا ہے، کمزور مردوں کو شیر مرد بنا کر ندامت سے بچاتا ہے۔ ویرج بکثرت پیدا کرتا ہے۔ سرعت انزال کو دُور کرتا اور جماع کی خواہش کو اُبھارتا ہے، اعصاب کو تقویت دیکر جنسی سرد مہری میں جوش پیدا کرتا ہے اور شباب کی لذتوں سے سرشار کرتا ہے۔

شواس چنتامنی رس

اجزاء :- کُشتہ فولاد ۴ تولہ، گندھک شُدھ، کُشتہ ابرک سیاہ، ۲-۲ تولہ، پارہ شُدھ، کُشتہ سونا مکھی۔ ایک ایک تولہ۔ کُشتہ موتی، کُشتہ سونا، چھ چھ ماشہ

ترکیب :- پارہ و گندھک کی کجلی بنا کر باقی ادویہ ملادیں۔ اور رس بڑی کنڈیاری، رس ادرک، دُودھ بکری اور ملٹھی کا کاڑھا اِن سب کی ایک ایک بھاونا دے کر ایک ایک رتی کی گولیاں بنالیں

خوراک :- ایک تا ۲ گولی ہمراہ شہد، رس ادرک یا پان میں رکھ کر صبح و شام۔

فوائد :- یہ رس ہر قسم کے دمہ، پُرانی کھانسی، تپ دق کی کھانسی کو دُور کرتا اور سینے کو بلغم سے پاک و صاف کر کے مضبوط بناتا ہے، پُرانے دمہ کے سبب جسمانی کمزوری ہو تو اُسے دُور کر کے جسم کو طاقتور اور دمہ

دُور کرتا ہے۔ حتیٰ کے دمہ کے دورہ میں یہ رس دیا جائے تو دورہ مٹ جاتا ہے۔ کمزور مریضوں کے لیئے طاقت بخش رسائن ہے۔

کامنی وِدراون رس (بھیشج رتناولی)

اجزاء شنگرف شُدھ، گندھک شُدھ، ۶-۶ ماشہ افیون خالص ۸ تولہ، کیسر کشمیری، جائفل، جاوتری، عقرقرحہ، سونٹھ، مرچ سیاہ، لونگ، چندن سُرخ، دو دو تولہ۔

ترکیب:۔ پہلے شنگرف گندھک اور افیون کو باہم مِلاکر پھر باقی ادویہ کا سفوف بناکر سب کو پانی یا رس پان میں چھ گھنٹے تک کھرل کریں اور ایک ایک رتی کی گولیاں بنائیں۔

خوراک:۔ ایک گولی شام کو ہمراہ دُودھ دیں۔

فوائد:۔ یہ رسائن ویرج کا پتلاپن دُور کرکے ویرج کو مضبوط اور گاڑھا کرتی ہے، ضعفِ معدہ کو رفع کرتی ہے۔ وِیرج کی اصلاح کرکے غضب کی قوتِ امساک پیدا کرتی اور سُرعت انزال کا قلع قمع کرنے میں لاجواب ہے۔

نوٹ:۔ چونکہ اس رسائن میں افیون کا جزو شامل ہے اس لیئے اس کو لگاتار زیادہ دیر تک استعمال نہ کرنا چاہیئے ورنہ اُس سے افیون کے نشہ کی عادت ہوجاتی ہے۔

کرمی کٹھار رس (نگھنٹور تناکر)

اجزاء:- کپور ۸ تولہ، اِنار جو، ترامُمان، اجمود، باؤبڑنگ، شنگرف شُدھ، مِٹھا تیلیہ شُدھ، ناگ کیسر، ایک ایک تولہ۔

ترکیب:- سب کو بھنگ کے رس میں ۶ گھنٹے تک کھرل کرکے خشک کرلیں اور اس کے برابر بیج پلاس کا سفوف ملا کر رس برہمی کی بھاونا دیں اور ایک ایک رتی کی گولیاں بنائیں۔

خوراک:- ایک سے تین گولیاں ہمراہ شہد۔

فوائد:- گول اور لمبے کرموں کے سوا پیٹ کے ہر قسم کے کیڑوں کو ہلاک کرتا ہے۔ پیٹ کے کیڑوں کے سبب ہضم خراب ہو اور درد رہتا ہو یا یرقان ہو جائے تو اِن سب کو دُور کرتا ہے۔

نوٹ:- آیوروید کے مطابق پیٹ کے کیڑوں کی بیس ۲۰ قسمیں ہیں۔ یہ رسائن تمام کیڑوں کو فوراً ختم کر دیتی ہے۔

کف کیتو رس (بھیشج رتناولی)

اجزاء و ترکیب:- مِٹھا تیلیہ شُدھ، سُہاگہ، مگھاں، کُشتہ سنکھ جملہ برابر برابر رس ادرک میں کھرل کرکے ایک ایک رتی کی گولیاں بناؤ۔

خوراک:- ایک ایک گولی صبح دوپہر اور شام ہمراہ شہد یا سادہ پانی۔

فوائد:- اِس رس میں گو پارہ کی آمیزش نہیں تاہم پارہ کے رسوں

کی مانند زود اثر ہونے کے باعث رس کہلاتا ہے۔ یہ گلے کی خرخری، ناک میں جلن کے سبب ناک سے پتلی رطوبت کا بہنا، ایسے زکام میں اکسیر ہے اور اس حالت میں ایک گولی پان میں رکھ کر چوسیں سینے کو بلغم سے پاک کرتا ہے نیز بلغمی کھانسی اور نزلہ زکام کو دور کرتا ہے۔

کپور رس (بھیشج رتناولی)

اجزاء و ترکیب :- افیون خالص، شنگرف شدھ، کافور، موتھاں، جائفل۔ برابر وزن۔ سب کو سادہ پانی کے ساتھ کھرل کر کے ایک ایک رتی کی گولیاں بنائیں۔

خوراک :- ایک گولی ہمراہ چاولوں کے دھوون یا عرق سونف دن میں تین بار دیں۔

فوائد :- صفراوی اور خونی دستوں، ہیضہ اور سنگرہنی کے لئے لاثانی اور منافع بخش دوا ہے۔

نوٹ :- اگر دوا کے استعمال سے اپھارہ محسوس ہو تو سونف کو پانی میں ابال کر پلانے سے ہوا خارج ہو جائے گی

کستوری بھیرو رس برہت (بھیشج رتناولی)

اجزا: کشتہ موتی، کستوری نیپالی، کشتہ سونا، کشتہ چاندی، کشتہ فولاد، کشتہ ابرک سیاہ، کشتہ مرجان، کشتہ تانبہ، مشک کافور، پاٹھا،

گل دھاوا، تخم کونچ، بابڑنگ، موتھا، مشک بالا، ہڑتال ورقیہ شدھ، آملہ۔ سونٹھ سب کو برابر وزن لیکر رس برگ مدار (آک کے پتے) میں کھرل کر کے ایک ایک رتی کی گولیاں بنائیں، تیاری کے دوران کستوری کو دیگر ادویہ رگڑنے کے بعد ملائیں اور گولیاں سایہ میں خشک کریں ورنہ دھوپ میں خشک کرنے سے کستوری کے اثرات زائل ہو جائیں گے۔

خوراک:۔ ایک گولی ہمراہ شہد، برگ پان، رس ادرک، دودھ یا مناسب بدرقہ۔

فوائد:۔ کستوری کا یہ بیش قیمت مرکب دل و دماغ کو خاص طور پر طاقت دیتا ہے۔ بھمی امراض، نمونیہ میں پسلی کا درد اور سانس کی تنگی وغیرہ علامات میں یہ رس اکسیر ہے۔ نمونیہ میں ٹمپریچر کم ہو جانے پر دل کی کمزوری اور ہاتھ پاؤں سرد ہو جانے پر فوراً اثر کرتا ہے۔ بخاروں کے زہریلے اثرات زیادہ مقدار میں خون میں مل جانے سے دماغ پر اس کا ایسا برا اثر پڑتا ہے کہ مریض بکواس کرنے لگ جاتا ہے اور حواس کھو بیٹھتا ہے۔ اس خطرناک حالت میں یہ رس از حد فائدہ پہنچاتا ہے۔

دل ڈوبنے یا گھبرانے کی شکایت ہو تو یہ رس حلق سے اترتے ہی اپنا مفید اثر دکھانا شروع کر دیتا ہے اور فوراً خون میں حل ہو کر دل کی گھبراہٹ اور دماغی خلل کو درست کرتا ہے۔

کنک سندر رس

اجزاء:۔ شنگرف شدھ، مرچ سیاہ، گندھک شدھ، مگھاں، بیج دھتورہ شدھ، میٹھا تیلیہ شدھ، سہاگہ بریاں۔

ترکیب :- مٹھا تیلیہ کو سبز بھنگ کے پانی میں تین گھنٹے تک کھرل کرکے پھر بیج دھتورہ ملاکر سبز بھنگ کے پانی میں کھرل کریں، پھر شنگرف ڈال کر کھرل کرکے باقی ادویہ ملا دیں۔ اور بھنگ کے پانی میں کھرل کرکے خشک کرکے سفوف بنالیں۔

خوراک۔ ۲ رتی تا ۴ رتی تک عرق سونف یا تازہ پانی کے ہمراہ دن میں چار بار دیں۔

فوائد :- یہ رس سنگرہنی کو تو فوراً دور کرتا ہے۔ ہاضمہ کی کمزوری، بھوک نہ لگنا، غذا کا ہضم نہ ہونا، دست وغیرہ دور ہوتے ہیں۔ سنگرہنی کے باعث انتڑیوں میں سوزش یا درد ہو تو یہ رس بہت فائدہ کرتا ہے۔ دستوں کو دور کرنے میں لاثانی ہے غذائی طور پر دہی چاول یا کھچڑی دیں۔

گرہنی کپاٹ رس (بھیشج رتناولی)

اجزاء :- پارہ شدھ، گندھک شدھ، جائفل، لونگ ہر ایک ۳ ماشہ۔ پہلے پارہ و گندھک کی کجلی بنائیں، پھر دیگر ادویہ کو باریک کرکے ملائیں اور رس برگ سورج مکھی میں کھرل کریں۔ اس کے بعد رس برگ بل اور رس برگ سنگھاڑہ میں کھرل کرکے دو دو رتی کی گولیاں بناکر تیز دھوپ میں خشک کرلیں۔

خوراک :- ایک رتی تا ۲ رتی ہمراہ پانی یا لسی دہی۔

فوائد :- سنگرہنی کے لئے تو تریاق ہے نیز دست، سوجن

اور بخار وغیرہ کو رفع کرتا ہے۔ سنگرہنی کے لئے تریاق سے کم نہیں۔ دورانِ استعمال دوائی دہی زیادہ کھلائیں۔

گربھ پال رس (رس چنڈانشو)

اجزاء: شنگرف شدھ، کشتہ سیسہ، کشتہ قلعی، دھنیا زیرہ سیاہ، چب، مویز منقیٰ، دیودار، دار چینی، تیزپات، الائچی، سونٹھ، مرچ سیاہ، مگھاں، ہر ایک ۱ تولہ، کشتہ فولاد ۶ ماشہ۔

ان سب کو سفید اپراجتا کے رس میں سات دن تک کھرل کرکے بقدر مٹر گولیاں بنالیں۔

خوراک: ۱ تا ۲ گولی منقیٰ کے پانی سے دن میں ۲ بار

فوائد: یہ رسائن جیسا کہ نام سے ظاہر ہے، حمل کی حفاظت کرتی ہے، رحم کو قابلِ استقرار بناتی ہے۔ مرض اٹھراہ اور حمل بار بار گر جانے کی شکایت یا حمل کے اسقاط کا خدشہ ہو اور رحم کمزور ہو تو یہ رسائن اپنا معجزہ دکھاتی ہے، حاملہ عورت کے دست، بخار، سیلان، کمزوری، معدہ کی کمزوری، دردِ شکم، درد پہلو رفع کرتی اور حمل کو مضبوط بناتی ہے۔

آتشک یا سوزاک کے باعث بھی حمل ساقط ہونے کا ڈر رہتا ہے اس کے لئے پہلے مصفیٔ خون دوا دیں۔ اس کے بعد یہ رسائن دینے سے فائدہ ہوگا۔ اس سے خون کا زہریلا پن بھی دور ہو جاتا ہے۔

گربھ ونود رس

اجزاء:۔ سونٹھ، مرچ سیاہ، مگھاں ایک ایک تولہ۔ شنگرف شدھ ۴ تولہ۔ جاوتری، لونگ تین تین تولہ۔ اور کشتہ سونا مکھی ۲ تولہ

اوّل شنگرف کو رس ادرک میں ایک گھنٹہ تک کھرل کر کے پھر باقی ادویہ ملا کر پانی میں کھرل کریں اور دو دو رتی کی گولیاں تیار کریں۔

خوراک:۔ ایک ایک گولی صبح و شام ہمراہ دودھ نیم گرم۔

فوائد:۔ محافظِ حمل ہے، حاملہ عورتوں کے جی متلانے، قے، ابکائیاں، بے چینی اور غذا سے بے رغبتی کو دور کر کے رحم میں بچہ کی حفاظت کرتا ہے اور تندرستی دیتا ہے۔ حاملہ عورتوں کے لئے بہترین رس ہے۔

گندھک رسائن

اجزاء و ترکیب:۔ گندھک آملہ سار شدھ ایک چھٹانک کو دودھ لگائیے، جوشاندہ چترجات (الائچی خورد، تیز پات، دار چینی، ناگ کیسر)، رس بھنگرہ، رس گلو سبز، جوشاندہ پوست ہرڑ زرد، جوشاندہ پوست بہیڑہ، جوشاندہ آملہ (گٹھلی

خارج کردہ) اور رس ادرک کی آٹھ آٹھ بار بھاونا دے کر خشک کر لیں۔

خوراک:۔ ۴ رتی تا ۱ ماشہ، دن میں ۲ بار ہمراہ مصری ملا دودھ

فوائد:۔ خونی امراض، پھوڑے پھنسیوں کے لئے لاجواب رسائن ہے، چھپاکی، داد، چنبل اور کوڑھ میں بھی نافع ہے۔ گندے خون کو صاف کر کے جلد کو ملائم اور خوب صورت بناتی ہے، خارش کو دور کرتی ہے، آتشک، بواسیر اور سوزاک میں بھی کامیاب ثابت ہوئی ہے۔ نئے تجربہ میں یہ کینسر یعنی سرطان کے بھی کارآمد ہو رہی ہے۔

گنگادھر رس (رس راج سندر)

اجزاء:۔ شدھ پارہ، شدھ گندھک، افیون عمدہ، ناگرموتھا، اندر جو، موچرس، گل دھاوا، لودھ پٹھانی۔ برابر وزن پیس کر پانی میں رگڑ کر ایک ایک رتی کی گولیاں بنائیں۔

خوراک:۔ ½۱ گولی تا ۳ گولی ہمراہ چھاچھ یا عرق سونف۔

فوائد:۔ مزمن پیچش اور اسہال میں نفع کرتا ہے، پاخانہ کے ساتھ خون یا آؤں آئے تو فوراً بند کر کے صحت دیتا ہے۔ یہ رس صرف اسہال اور پیچش میں فائدہ مند ہے۔

CHARONIC

لکشمی وِلاس رس (رس راج سُندر)

اجزاء و ترکیب:۔ کُشتہ ابرک ۴ تولہ، رس سندھور ۲ تولہ، گندھک شدھ، مُشک کافُور، جائفل، جاوتری، ستاور، تخم بدھارا، تخم دھتُورہ شدُھ، بداری قند، ناگ بلا، کنگھی، گوکھرو، سمندر پھل، ایک ایک تولہ۔ سب کو کوُٹ چھان کر رس پان میں کھرل کر کے ایک ایک رتی کی گولیاں بنائیں۔

خوراک:۔ ایک تا ۲ گولی ہمراہ دودھ، یا شراب یا شہد، دن میں تین بار۔

فوائد:۔ یہ رسائن ۱۸ قسم کے کوڑھ، ۲۰ قسم کے جریانِ منی، ناسُور، امراضِ مقعد، بھگندر، امراض ناک و کان، دست، تپدق کو دُور کرتا ہے۔ بلغمی امراض کو ازحد فائدہ دیتا ہے، بلغمی کھانسی، دمہ، اور نزلہ زکام میں اکسیر ہے، بلغم پیدا نہیں ہونے دیتا۔ بلغم بننے کا سبب یہ ہوتا ہے کہ خوراک بخوبی ہضم نہیں ہوتی جس کے باعث جسم کو بخوبی غذائیت بھی نہیں ملتی اور بلغم زیادہ پیدا ہونے لگتی ہے۔ یہ رسائن معدہ کی چاروں قوتوں (جاذبہ، ماسکہ، دافعہ اور ہاضمہ) کو طاقتور بناتا ہے۔ غذا جلد ہضم ہوتی ہے اور بھُوک بھی لگنے لگتی ہے۔ یہ اکسیر ضعفِ باہ اور نامردگی کو دُور کر کے امساک پیدا کرتی ہے۔ انفلوئنزا میں بھی مفید ہے۔ اس سے دمہ کو نفع ملتا ہے۔ مشہور آیورویدک رسائن ہے۔

لوکناتھ رس (شارنگدھر)

اجزاء و ترکیب:- پارہ، گندھک ۲-۲ تولہ کی کجلی بناکر زرد کوڑیوں میں بھرلیں جو وزن میں ۱۶ تولہ ہوں۔ پھر سہاگہ ۲ تولہ شیر گاؤ میں ملاکر کوڑیوں کے مُنہ کو لگاکر مُنہ بند کردیں اور شنکھ کے ٹکڑے ۱۶ تولے دو پیالوں. بیں نیچے اُوپر کر کے درمیان میں کوڑیاں رکھ دیں اور گل حکمت کر کے گج پٹ کی آگ دیں۔ جب سرد ہوجائے تو باریک پیس لیں۔

خوراک:- ایک رتی یا ۲ رتی ہمراہ شہد، مرچ سیاہ، گھی، مکھن یا دیگر مناسب بدرقہ (انوپان)

فوائد:- یہ پیٹ کے امراض مثلاً پیٹ میں ہلکا ہلکا درد ہوکر پاخانہ کی حاجت رہتی ہو، میں فائدہ کرتا ہے، پُرانے دست اور پیچش کو ہٹاتا ہے، پرانی کھانسی، تپ دق اور خاص کر آنتوں کے تپ دق کے لئے اکسیر ہے۔

یہ رس معدہ و جگر کو طاقت دیتا ہے۔ بھوک لگاکر خوراک میں رغبت پیدا کرتا ہے۔

کیلشیم کی موجودگی کی وجہ سے یہ رس خون کو گاڑھا کر کے بلغم کم پیدا کرتا ہے اور بلغمی کھانسی، نزلہ اور زکام میں بھی فائدہ مند ہے۔

مہا گندھک رس (ہ سیندر ساہ سنگرہ)

اجزاء:- پارہ شُدھ، گندھک شدھ، جائفل، جاوتری، لونگ، سفوف برگ نیم، برگ سنبھالو، تخم الائچی۔ ایک ایک تولہ۔

ترکیب:- پہلے پارہ و گندھک کی کجلی کر کے پرپٹی بنائیں پھر باقی ادویہ کا سفوف مِلا کر پانی کی مدد سے پیس کر سیپ میں بھریں اُوپر دُوسرا سیپ رکھ کر گل حکمت کر کے ۳ آٹھ اُپلوں کی آگ دیکر پکائیں۔ جب گندھک کی بُو نکلنے لگے تب نکال کر پیس لیں، مہا گندھک رس تیار ہے۔

خوراک:- ایک تا ۴ رتی ہمراہ شہد یا ماں کا دُودھ۔
بچّوں کو نصف تا ایک رتی دیں۔

فوائد:- امراضِ بچگان، بخار، کھانسی، دست، مروڑ، بدہضمی کے لئے لاثانی ہے، ہاضمہ کو تیز کر کے بھُوک لگاتا ہے۔ وضع حمل کے بعد پرسُوتی بخار اور دستوں میں بھی فائدہ کرتا ہے۔ سوکھا مسان (دِق الاطفال یا سوکڑا) میں ہمہ صفت موصُوف ہے۔

مہا لکشمی وِلاس رس

اجزاء:- کُشتہ ابرک سیاہ ۴ تولہ، گندھک شُدھ ۲ تولہ، کُشتہ قلعی، ۱ تولہ۔ جائفل، جاوتری، بیج بدھارا، بیج دھتورہ شُدھ ہر ایک کا سفوف ایک ایک تولہ۔ پارہ شُدھ، ہرتال ورقیہ شُدھ

مُشک، کافور ہر ایک چھ چھ ماشہ، کُشتہ سونا، کُشتہ تانبہ تین تین ماشہ ــــــ اوّل پارہ و گندھک کی حسب معمول کجلی بنالیں۔ پھر دھتورہ کو پانی میں کھرل کریں اور مشک کافور کے سوا باقی ادویہ ملاکر رس برگ پان میں کھرل کریں۔ آخر میں مشک کافور ملاکر ایک ایک رتی کی گولیاں بنالیں۔

خوراک:۔ ایک تا ۲ گولی۔ دن میں ۲ بار۔ ہمراہ دودھ گائے، یا رس برگ پان میں دیں۔

فوائد:۔ بلغمی امراض، نزلہ زکام، سر درد وغیرہ میں نہایت مفید ہے، دائمی نزلہ نیز کمزور و اُداس مردوں کے لئے بےنظیر رسائن ہے، دل و دماغ، جگر، معدہ، مثانہ اور باہ کو بےحد طاقت دیتی ہے۔ ایک ماہ متواتر استعمال کرنے سے طبعی امساک پیدا کرکے، بوقتِ خاص سرعت انزال اور شرمندگی سے بچاتی ہے اور سرور پیدا کرتی ہے۔ غضب کی قابلِ تعریف اور بار بار کی تجربہ شدہ رسائن ہے۔

مرتنجیہ رس (مرتیونجے رس)

اجزاء:۔ شدھ میٹھا تیلیہ، مرچ سیاہ، پپلی، گندھک شدھ، سہاگہ ہر ایک ا تولہ، شنگرف شدھ ۲ تولہ۔ سب کو پانی کے ساتھ چار روز تک خوب کھرل کرکے مونگ کے برابر گولیاں بنائیں اور ایک سے ۲ گولی ہمراہ شہد یا پانی یا عرق گاؤزبان و سونف۔

فوائد:۔ یہ بخار ہر قسم میں اکسیر ہے، چڑھے ہوئے بخار کو کم کرتا ہے، پسینہ آور ہے۔ اُترے ہوئے بخار میں دینے سے

بخار کو روکتا ہے - ملیریا میں اگر سردی زیادہ محسوس ہو تو ایک گولی دینے سے سردی دُور ہو جاتی ہے - اور خوب پسینہ آکر بخار اُتر جاتا ہے - الغرض یہ رس بخاروں کے لئے تریاق سے کم نہیں ہے۔

ناراچ رس (شارنگدھر)

اجزاء و ترکیب :- پارہ شدھ، سہاگہ شدھ، مرچ سیاہ ایک ایک تولہ - گندھک شدھ، مگھاں، سونٹھ دو دو تولہ، جمالگوٹہ شدھ، ۹ تولہ - اِن سب کو رگڑ کر دو دو رتی کی گولیاں بنا لیں۔

خوراک :- ایک گولی تا ۲ گولی بوقتِ ضرورت۔

فوائد :- یہ گولیاں دست آور ہیں، قبض، پیٹ کا اپھارہ، معدہ سے بخارات کا اُٹھنا وغیرہ میں مفید ہے، جلودھر اور جگر کی سُستی و کمزوری میں بھی دی جاتی ہے، پیٹ اور انتڑیوں کو غلاظت و موادِ فاسدہ سے پاک و صاف کرتی ہے۔

وات کلانتک رس

اجزاء :- کستوری اصلی نیپالی، مغس شدھ، پارہ شدھ گندھک آملہ سار شدھ - ناگ کیسر، پوست بہیڑہ، جائفل، الائچی خورد لونگ، ہر ایک کا مغوف ایک ایک تولہ۔

ترکیب :- پہلے پارہ و گندھک کی کجلی بنا کر پھر اس میں کستوری

کے سوا باقی ادویہ ملا دیں اور تازہ پانی کے ساتھ کھرل کرکے آخر میں کستوری ملا کر کھرل کریں اور ایک ایک رتی کی گولیاں بنائیں۔

خوراک :۔ ایک ایک گولی صبح وشام برہمی کے کاڑھے، برہمی گھرت یا شہد کے ہمراہ دیں۔

فوائد :۔ دماغی امراض مثلاً جنون، مرگی، مالیخولیا، مراق اور یادداشت کی کمی کے لئے اکسیر ہے۔ ہسٹیریا، پاگل پن، مرگی کو ہفتوں میں دور کرتا ہے۔ غضب کی یادداشت پیدا کرتا ہے۔ دماغی کام کرنے والوں کو اس کا استعمال ضرور کرنا چاہیئے۔

ہردے آرنو رس

اجزاء وترکیب :۔ پارہ شدھ، گندھک شدھ ایک ایک تولہ، کشتہ تانبہ ۲ تولہ ۔ پارہ و گندھک کی کجلی بنا کر کشتہ تانبہ اس میں ملائیں اور ایک روز تک ترپھلے کے کاڑھے اور مکو کے پانی میں کھرل کرکے ایک ایک رتی کی گولیاں بنائیں۔

خوراک :۔ ایک ایک گولی صبح وشام ہمراہ عرق گاؤزبان

فوائد :۔ دل کی دھڑکن، دل کی کمزوری اور بلغمی امراض کے لئے مفید ہے۔

گولیاں بنانے کا عام طریقہ

جن ادویات کی گولیاں بنانی مطلوب ہوں، پہلے انہیں خوب باریک پیس لیں، تاکہ گولی آسانی سے بن سکے۔ اگر اجزا کوٹنے میں موٹے رہ جائیں گے تو گولی آسانی سے نہیں بن سکے گی۔

جس قدر وزن دیا گیا ہے اسی کے مطابق گولی بنائیں۔ ایسا نہ ہو کہ ایک گولی رتی کی ہو تو دوسری تین یا چار رتی کی۔ اس لئے احتیاط سے وزن کے مطابق گولی بنائیں۔

گولیوں کو ہمیشہ سایہ میں خشک کرنا چاہیئے کیونکہ دھوپ میں خشک کرنے سے گولیوں کا اثر زائل ہو جایا کرتا ہے۔ اس لئے گولیوں کو کسی صاف کپڑے یا چٹائی وغیرہ پر بچھا کر صاف، ہوادار جگہ میں رکھیں۔ اور خوب خشک ہونے کے بعد ہی شیشی میں ڈالیں۔

ابرک آدی وٹی

اجزاء:۔ پارہ شدھ، گندھک آملہ سار شدھ، سونٹھ، میٹھا تیلیہ شدھ، مگھاں، مرچ سیاہ، سہاگہ بریاں۔ افیون، اجمود، گشتہ فولاد، سب ایک ایک تولہ۔ گشتہ ابرک سیاہ ۱۰ تولہ۔

ترکیب:۔ پہلے پارہ و گندھک کی کجلی بنائیں، پھر میٹھا تیلیہ کو چھال چترک کے کاڑھے میں ۲ گھنٹے تک خوب کھرل کر کے اس

میں افیون باریک کر کے ملا کر کھرل کر کے یکجان کریں۔ پھر اس میں باقی ادویہ ملا کر چھال چترک کے کاڑھے میں متواتر ۲۴ گھنٹے کھرل کر کے ایک ایک رتی کی گولیاں بنالیں۔

خوراک :- ایک تا ۲ گولی ہمراہ شہد یا چھاچھ

فوائد :- پرانے دستوں، بدہضمی، پیچش اور سنگرہنی کی کامیاب اور بہترین فائدہ مند دوا ہے۔

اروگیہ وردھنی وٹی (رس راج سندر)

اجزاء :- پارہ شدھ، گندھک شدھ، کشتہ فولاد، کشتہ ابرک سیاہ، کشتہ تانبہ ہر ایک ۱ تولہ، ترپھلا ۶ تولہ، گوگل شدھ، چھال چترک مول، چار چار تولہ۔ شلاجیت شدھ ۳ تولہ۔ ان سب ادویہ کے برابر وزن کٹکی۔ ان تمام ادویہ کو رس برگ نیم کے ہمراہ تین روز تک کھرل کر کے دانہ مٹر کے برابر گولیاں بنالیں۔

خوراک :- ۱ تا ۳ گولی ترپھلا کے کاڑھے کے ہمراہ دن میں ۲ بار

فوائد :- یہ تمام قسم کے کوڑھ، یرقان، ورم طحال، ورم جگر، ہاتھ پاؤں، پیٹ کی سوجن، بھوک کی کمی وغیرہ کے لئے سود مند ہے، قبض کشا ہے، جگر کی کمزوری کو دور کر کے اس کے سست فعل کو تیز اور طاقتور بناتی ہے، خون کے صفراوی مادہ کو خارج کرتی ہے۔ چربی کو کم کر کے موٹاپا ہٹاتی ہے، جن لوگوں کو اپنے دل پر بھاری وزن سا محسوس ہوتا ہے اور وہ اس کے باعث گھبراہٹ اور بے چینی محسوس

کرتے ہیں اُن کے لئے بے حد زُود اثر ہے۔ کیونکہ دِل پر اثر انداز ہونے والی تبخیر معدہ کو نفع ہوتا ہے۔ معدہ میں غلاظت کے سبب بُخارات اُٹھ کر دِل کی طرف جانے سے جو اضطرابِ قلب پیدا ہو جاتا ہے، اروگیہ وردھنی وٹی اِس مرض میں بھی اپنا کمال دکھاتی ہے۔

اِندر وَٹی (رسیندر سار نگرہ)

اجزاء:۔ رس سندھور، کُشتہ قلعی، چھال ارجن۔ برابر وزن۔

ترکیب:۔ اِن کو رس سُنبل مُوصلی کے ہمراہ برابر ایک دن تک کھرل کر کے ایک ایک رتی کی گولیاں بنائیں۔

خوراک:۔ ایک تا ۲ گولی ہمراہ دُودھ صبح و شام۔

فوائد:۔ وِیرج بکثرت پیدا کرتی ہے اور پتلے وِیرج کو خُوب گاڑھا کر کے سُرعتِ انزال، احتلام اور جریانِ منی کو دُور کرتی ہے۔ دِل و دماغ میں تازگی لاتی ہے۔ قوّتِ مردانہ کو اُبھارتی ہے۔ پوشیدہ جنسی قوّت کی افزائش کرنے کمزور مُردوں کے لئے شباب اور طاقت کا پیام لاتی ہے۔ ویرج ضائع ہونے سے چہرے پر زردی آگئی ہو تو اُسے سُرخی میں بدل دیتی ہے۔

ایلادی وَٹی (چکردت)

اجزا:۔ الائچی خورد، تیزپات، دار چینی، ۶-۶ ماشہ،

پپلی ۲ تولہ۔ مصری دیسی، ملٹھی، کھجور، مویز منقیٰ، چار چار تولہ
سب کو یکجان کر کے بقدر جنگلی بیر گولیاں بنائیں۔

خوراک:۔ ایک گولی منہ میں رکھ کر چوسیں۔ دن میں سات آٹھ گولی تک دے سکتے ہیں۔ ۴ گولیاں نصف پاؤ گرم پانی میں گھول کر بطور جوشاندہ پلایا جا سکتا ہے، حلق کو تسکین و راحت دے گا۔

فوائد:۔ کھانسی اور سینے کی خشونت میں بے حد منافع دیتی اور بلغم کو خارج کرتی ہے، حلق اور سینہ کو صاف کر کے گلا کھولتی اور بیٹھی ہوئی آواز کو درست کرتی ہے۔

پربھاوتی گٹکا

اجزاء:۔ تھوہر کا دودھ، تخم جمالگوٹہ شدھ، جو کا آٹا، ایک ایک تولہ، مرچ سیاہ ۳ تولہ۔

ترکیب:۔ جمالگوٹہ کو تھوہر کے دودھ کے ساتھ کھرل کریں۔ اور غلیظ ہو جانے پر باقی ادویہ ملا کر تین گھنٹے کھرل کر کے ایک ایک رتی کی گولیاں بنائیں۔

خوراک:۔ ایک تا ۳ گولی ہمراہ شربت مصری دیں۔ جب پیاس لگے تب ٹھنڈا پانی پینے کو دیں۔ جب دست بند کرنے چاہو تو گرم پانی پلانا چاہیئے۔

فوائد:۔ تیز جلاب ہے، انتڑیوں کے سدے بذریعہ دست خارج کرتا ہے۔ پیٹ و تلی کے امراض، باؤ گولہ اور پت (صفرا) کو

نافع ہے، تلی کو گھٹاتا ہے اور پیٹ کی صفائی کے لئے بہترین دوا ہے۔
احتیاط:۔ کمزور طبیعت مریضوں کو ہرگز نہ دیں۔

پلیہاری آدی وٹی

اجزاء:۔ مصبر، ہیرا کسیس سبز، لہسن (چھلکا دور کردہ)
کشتہ ابرک سیاہ۔ برابر وزن
ترکیب:۔ پہلے لہسن کو کھرل کرکے باریک کریں۔ پھر باقی کی ادویہ ملاکر گوما بوٹی کے پانی سے تین پہر تک کھرل کرکے دو دو رتی کی گولیاں بنالیں۔
خوراک:۔ ایک تا ۲ گولی صبح و شام گرم دودھ کے ساتھ۔
فوائد:۔ بڑھی ہوئی تلی اور جگر، بدہضمی، سوجن، کھانسی، دمہ، پیاس کی زیادتی، جسم کا کانپنا، جلن، سر چکرانا، قے، سردی لگنا اور خون کی کمی کے لئے مفید ہے، تلی کو خصوصیت سے فائدہ کرتی ہے جن عورتوں کو ماہواری درد یا تکلیف سے آتی ہو اور خون کی کمی سے حیض کا خون کم خارج ہوتا ہو انہیں بھی دی جا سکتی ہے۔

جاتی پھلادی وٹی

اجزاء:۔ جائفل، چھوہارا، افیون عمدہ ایک۔ ایک تولہ
ترکیب:۔ ان کو پہلے ناگر بیل کے پان کے رس میں ۳ گھنٹہ

تک کھرل کریں پھر مونگ برابر گولیاں بنالیں۔
خوراک :- ایک تا ۲ گولی ہمراہ پانی یا دہی، دن میں دو بار۔
فوائد :- خونی دستوں کے لئے مجرب ہے، انتڑیوں کی خرابی کو دُور کر کے انتڑیوں کو طاقتور بناتی ہے، پیٹ کے کیڑوں کو مارتی ہے، پیٹ درد کو نافع ہے۔

چندر پربھاوٹی (ہشار نگدھر)

اجزاء :- باپچی، ورچ، چرائتہ، بُرادہ دیودار، گلو، ہلدی، اتیس، دار ہلدی، پپلا مُول، چترک، دھنیا، ترپھلا، چویہ، باوڑنگ، گج پیپل، سونٹھ، مرچ سیاہ، مگھاں، کُشتہ سونا مکھی، نمک سونچل، نمک سیندھا، نمک وِڑ، جو کھار، سجی کھار ہر ایک تین تین ماشہ۔ تیز پات، ترہوی، جڑ جما لگوٹہ، دار چینی، الائچی، بنسلوچن ہر ایک ۱ تولہ۔ کُشتہ فولاد ۲ تولہ، مصری دیسی ۴ تولہ۔ شلاجیت، گوگل ۸-۸ تولہ۔
پہلے تمام نباتاتی ادویہ کو کوٹ چھان لیں، پھر شلاجیت و گوگل کو کھرل میں ڈال کر علیحدہ علیحدہ پانی میں حل کر کے ملالیں اور سب ادویہ کو یکجان کر کے خوب کھرل کریں۔ اور گولیاں بقدر تین تین رتی بنائیں۔
خوراک :- ایک ایک گولی صبح و شام ہمراہ عرق سونف، یا دودھ گائے۔
فوائد :- اس دوا کا استعمال بچے، بوڑھے، جوان عورتوں اور مردوں کے لئے یکساں فائدہ مند ہے۔ شلاجیت اور کُشتہ فولاد کے اجزائے خاص ہونے کی وجہ سے یہ امراضِ گردہ و مثانہ کے لئے

خاص طور پر فائدہ مند ہے، کمزوری مثانہ، کثرت پیشاب، سلسل بول پیشاب کا گدلا پن، جریان، احتلام، سرعت انزال، مثانہ کی پتھری یا پیشاب کے ساتھ ریت خارج ہونا وغیرہ میں مفید ہے۔ جگر کو تقویت دیکر خون صالح پیدا کرتی ہے، بواسیر، بھگندر اور چھپاکی میں بھی فائدہ کرتی ہے۔ مثانہ کی کمزوری کی وجہ سے بچے پیشاب کے دباؤ کو نہیں روک سکتے اور رات کو سوتے وقت بستر پر ہی پیشاب نکل جاتا ہے۔ اس حالت میں یہ بہت فائدہ کرتی ہے۔

راج وٹی

اجزاء:۔ گندھک آملہ سار شدھ، نمک سیندھا، ایک ایک تولہ۔ سونٹھ - ۴ تولہ۔

ترکیب:۔ ان تینوں کو کھرل میں رس لیموں کے ساتھ سات بار تر و خشک کر کے چار چار رتی کی گولیاں بنالیں۔

خوراک:۔ ایک تا ۲ گولی ہمراہ عرق سونف۔

فائدہ:۔ بدہضمی، پیٹ درد، بھوک کی کمی، غذا کا پوری طرح ہضم نہ ہونا، ہیضہ، دست اور معدہ کی کمزوری میں کمال کا اثر دکھاتی ہے۔ اگر جی متلاتا ہو تو ایک گولی منہ میں رکھ کر چوس لینے سے جی متلانا بند ہو جاتا ہے۔

رسانجن وٹی

اجزاء و ترکیب :۔ دار ہلدی کا کاڑھا محلول (پانی میں خوب کاڑھ کر چھان کر، چھنے کاڑھے کو پکا کر خوب گاڑھا کریں)۔ گندھک شدھ، مشک کافور خالص برابر وزن۔ سب کو مولی کے پانی میں کھرل کر کے چنے برابر گولیاں بنائیں۔

خوراک :۔ ایک یا ۲ گولی صبح مکھن میں چھاچھ کے ساتھ۔

فوائد :۔ بواسیر خونی میں عجیب اثر دکھاتی ہے۔ سیلانِ خون کو بند کر دیتی ہے، مسّوں کی جلن اور تکلیف کو تسکین ملتی ہے اور متواتر استعمال سے بواسیر ہمیشہ کے لئے نیست و نابود ہو جاتی ہے اس کے علاوہ خون بھی صاف کرتی ہے۔

رجہ پرورتنی وٹی

اجزاء :۔ پارہ شدھ، گندھک شدھ، گھونگچی سرخ (دودھ میں اُبال کر صاف کی ہوئی) ۔ ۵-۵ تولہ ۔ کسیس سبز، مرمکی، بابڑنگ، مصبّر (ایلوا)، سہاگہ خام، بھنگی، ہینگ شدھ ۱۰-۱۰ تولہ

ترکیب :۔ پارہ و گندھک کی کجلی بنا کر باقی ادویہ کو کوٹ، چھان کر ملا دیں اور اندرائن (تمہ) کی جڑ کے کاڑھے و اُلٹ کمبل کے کاڑھے سے بھاونا دے کر تین تین رتی کی گولیاں بنالیں۔

خوراک :- ایک سے تین گولی ہمراہ گرم پانی یا چائے وغیرہ صبح و شام دیں۔

فوائد :- حیض کی رُکاوٹ کے لئے عجیب الاثر دوا ہے۔ حیض کا درد سے آنا، رُک رُک کر یا زیادہ و کم مقدار میں آنا، حیض کی بے قاعدگی، رِحم کی سوزش، زخم وغیرہ کے لئے مفید ہے۔ دردِ کمر، دردِ رِحم اور گھبراہٹ کو دُور کرتی ہے۔ عورتوں کی پوشیدہ بیماریوں کے لئے نعمت ہے۔

سُکھ ویریچن وٹی

اجزاء و ترکیب :- ریوند عصارہ، ۵ تولہ، ہرڑ جلا پا، سونٹھ، اجوائن، کشتہ سنکھ، گودا اندرائن (تمہ یا حنظل)، سوا سوا تولہ، جمالگوٹہ شدھ ۶ ماشہ۔ سب کو تمہ کی جڑ کے کاڑھے کے ساتھ کھرل کر کے دو دو رتی کی گولیاں بنائیں۔

خوراک :- ایک تا ۲ گولی رات کو ہمراہ دودھ یا گرم پانی۔

فوائد :- دائمی قبض کو دُور کرتی ہے۔ جن کو صحیح وقت پر حاجت نہیں ہوتی اُن کے لئے نہایت مفید ہے۔ یہ دوا دست آور نہیں ہے، قبض کشا ہے، انتڑیوں میں پھسلن پیدا کر کے فضلہ غلاظت کو باہر نکالتی ہے، انتڑیوں کی خشکی کو رفع کرتی ہے۔ قبض کے سبب سر درد، سر چکرانا، بھوک نہ لگنا، دل گھبرانا، بخارات کا دل و دماغ کی طرف اُٹھنا اور اسی قسم کی بیشمار شکایتیں پیدا ہو جاتی ہیں۔ یہ دوائی

مسہل کا عادی نہیں بناتی۔ صرف پاخانہ کو نرم کرنے میں ہی امداد کرتی ہے۔ قبض کی کوئی شکایت نہیں رہتی۔

سُدرشن گھن وٹی

اجزا:۔ ہرڑ، بہیڑہ، آملہ، ہلدی، کٹائی خورد، کٹائی کلاں، مرچ سیاہ، سونٹھ، مگھاں، کچور، پیلا مول، گلو، دھمانسہ، شاہترہ، کٹکی، ناگرموتھا، ترائمان، نیتر بالا، پوست نیم، پوکھر مول، کوڑ چھال، ملٹھی، اجوائن، اندرجو، بھرنگی، تخم سہانجنہ، ورچ، دارچینی، پدماکھ، خس، چندن، اتیس، جڑ کھرینٹی، شالپرنی، بابڑنگ، پرشٹ پرنی، تگر، چترک، بُرادہ دیودار، چویہ، پٹول پتر، جیوک، رشبک، لونگ، نیلوفر، کاکولی، پترج، جاوتری، تیزپات ہر ایک ۱ تولہ۔

ترکیب:۔ ان سب کو جَوکوب کرکے کاڑھا بنا کر چھان لیں اور اس کاڑھے کو پکا کر خوب گاڑھا کریں اور پھٹکڑی بریاں، طباشیر ایک ایک تولہ ملا کر دو دو رتی کی گولیاں بنالیں۔

خوراک:۔ ایک ایک گولی صبح و شام ہمراہ پانی یا دودھ۔

فوائد:۔ ہر قسم کے بخار خصوصاً ملیریا کو از حد مفید ہے۔ بخار کے حملہ سے دو گھنٹہ پہلے دینے سے بخار نہیں ہوتا، ملیریا بخار کے بعد تلی بڑھ گئی ہو تو درست ہو جاتی ہے، جگر کے فعل کو درست رکھتی ہے کھانسی، دمہ، درد پہلو، پیٹ درد، بادگولہ، اپھارہ میں کئی فایدہ مند ہے۔ کونین کا نعم البدل ہے۔ اس سے ملیریا بخار پاس نہیں پھٹکتا۔

سنجیونی وٹی

اجزاء:- بابڑنگ، سونٹھ، مگھاں، ہرڑ، بہیڑہ، آملہ، گلو، وچ، بھلاوہ شدھ، میٹھا تیلیہ شدھ- ایک ایک تولہ-

ترکیب:- ان سب کو علیحدہ علیحدہ پیسکر باریک کریں- اور باہم ملاکر گئو موتر میں کھرل کر کے ایک ایک رتی کی گولیاں بنالیں-

خوراک:- ایک گولی سے ۴ گولی تک ہمراہ عرق سونف یا گرم پانی، دن میں چار بار دیں-

فوائد:- نظام ہضم کی اصلاح کرتی ہے- پرانے دستوں، ہیضہ، بخار، درد پیٹ، اپھارہ، بھوک نہ لگنا، غذا سے نفرت ہونا، معدہ و انتڑیوں کے امراض وغیرہ میں بھی بے حد فائدہ کرتی ہے نئے تجربوں میں یہ انفلوئنزا کے لئے رام بان ثابت ہوئی ہے- قے و متلی کے لئے بھی آزمودہ ہے-

شکر ستھمبن وٹی

اجزاء:- جاوتری، دارچینی، عقرقرحہ- تخم سمندر سوکھ- افیون خالص، ایک ایک تولہ-

ترکیب:- تمام ادویہ کو باریک کر کے ۶ تولہ مصری کوزہ ملاکر شہد کے ہمراہ کھرل کریں اور ۲-۲ رتی کی گولیاں بناکر ہوا میں

خشک کر کے شیشی میں رکھیں۔

خوراک:۔ ایک گولی روزانہ رات کو دُودھ کے ساتھ دیں اور دوُدھ میں کھانڈ کی بجائے مصری یا شہد ڈالیں تو بہتر ہوگا۔

فوائد:۔ یہ ویرج کا پتلاپن دُور کرکے ویرج کو شہد کی مانند گاڑھا کرتی ہے۔ ویرج کے جملہ نقائص کو دُور کرکے ویرج کی اصلاح کرتی ہے۔ اِمساک پیدا کرتی ہے، نامردی کو دُور کرتی ہے۔ بوقت ضرورت سُرعت انزال سے بچاتی ہے۔ قابض ہے، دستوں کو بند کرتی ہے اور نیند لاتی ہے۔

کستوری گٹکا

اجزاء:۔ کُشتہ سونا، ۶ ماشہ، کستوری خالص ایک تولہ، کُشتہ چاندی ڈیڑھ تولہ، کیسر کشمیری ۲ تولہ، الائچی خورد ۲½ تولہ۔ جائفل، طباشیر ۳-۳ تولہ، جاوتری ۴ تولہ۔

ترکیب:۔ کیسر اور کستوری کے سوا سب ادویہ کا علیحدہ علیحدہ سفوف بنالیں۔ پھر کیسر کو کھرل میں پیسکر دُودھ بکری میں اس قدر کھرل کریں کہ مکھن کی مانند ہو جائے۔ پھر کستوری ملا کر کھرل کرکے دیگر ادویہ ملا دیں اور تین روز تک دُودھ بکری اور رس بنگلہ پان سے کھرل کرکے دو دو رتی کی گولیاں بنائیں۔

خوراک:۔ ایک گولی صبح، ایک گولی شام بالائی میں رکھ کر دیں۔ اُوپر سے شہد ملا دُودھ پلائیں۔

فائدہ :- نامردی کی زود اثر دوا ہے۔ جسم میں ویرج کی کمی سے پیدا ہونے والے عوارض دور کرکے ویرج بکثرت پیدا کرتی ہے، اعصابی کمزوری، دل و دماغ، جگر اور معدہ کی کمزوری کو دور کرکے جسم میں بجلی کی لہر دوڑا دیتی ہے، مثانہ کو طاقت دیتی ہے۔ از کار رفتہ آدمیوں کے لئے قیمتی نعمت ہے۔ سردیوں میں اس کا استعمال جسم میں سرمستی اور سرور و راحت پیدا کرتا ہے۔

کیس آدی وٹی

اجزاء :- کیس، سہاگہ بریاں، ہینگ، مصبر برابر وزن

ترکیب :- سب کو رس گھیکوار میں ۶ گھنٹے کھرل کرکے ایک ایک رتی کی گولیاں بنائیں۔

خوراک :- ۲ تا ۸ گولی دن میں ۲ بار، نیم گرم پانی سے

فوائد :- عورتوں کے لئے یہ ایک نعمت ہے۔ جن عورتوں کو بے قاعدگی اور درد کے ساتھ خون حیض آتا ہو۔ اُن کو اس آیورویدک وٹی کا استعمال ضرور کرنا چاہیئے۔ اس کے استعمال سے خون حیض باقاعدہ آنے لگتا ہے، درد کم ہوتا ہے اور رحم پاک وصاف ہو جاتا ہے

کھدرادی وٹی (وِرِند)

اجزاء :- کتھہ ۱۰ تولہ ، کافور ، سُپاری تیلیہ ، جائفل ، مرچ چینی ، الائچی خورد - ۲-۲ تولہ

ترکیب :- سب کو کوٹ چھان اور پانی میں گھوٹ کر ایک ایک رتی کی گولیاں بنائیں۔

خوراک :- ایک تا ۵ گولی منہ میں رکھ کر چوسیں۔

فوائد :- یہ گولیاں زبان و منہ کے چھالے (قلاعِ دہن)، گلے اور سینے کی خرخراہٹ ، آواز کا بیٹھنا اور کھانسی کے لئے بے حد مفید ہے اور گلے کو بلغم سے صاف کرتی ہے۔

گندھک وٹی (رس راج سُندر)

اجزاء :- گندھک شُدھ ۲ تولہ ، جڑ چیترا ، مگھاں ، مرچ سیاہ ، ایک ایک تولہ ، سونٹھ ۲ تولہ ، جوکھار ، نمک سیندھا ، نمک سیاہ ، نمک سانبھر ۶-۶ ماشہ

ترکیب :- سب کو کوٹ چھانکر رس لیموں میں دو دو رتی کی گولیاں بنائیں

خوراک :- ا تا ۴ گولی بعد از غذا دو گھنٹہ

فوائد :- حرارت ہاضمہ کو تیز کرتی ہے ، بھوک سے نفرت ، پیٹ کے کیڑے ، اپھارہ ، سنگرہنی ، معدہ سے بخارات اُوپر اُٹھنا کے لئے مفید ہے قوتِ معدہ بڑھاتی ہے جس سے غذا جلد ہضم ہونے لگتی ہے۔

لونگ آدی وٹی (وئید جیون)

اجزاء :- لونگ، مرچ سیاہ، ہرڑ - ہر سہ برابر وزن اور ان تینوں کے برابر کتھا - کوٹ چھان کر کاڑھا پوست لیکر میں کھرل کرکے گولیاں بقدر نخود بنالیں

خوراک :- حسب ضرورت ایک گولی چوسیں۔

فوائد :- گلے کو بلغم سے صاف کرکے خرخراہٹ کو رفع کرتی ہے، آواز صاف کرتی ہے نیز بلغمی کھانسی، اور بدہضمی کے لئے اکسیر ہے

مرچ آدی گٹکا

اجزاء :- مرچ سیاہ، منگھاں ایک ایک تولہ - نسیال ۲ تولہ، جوکھار ۶ ماشہ - گڑ ۸ تولہ

ترکیب :- پہلے گڑ کو کھرل میں باریک کریں جب مانند لئی ہو جائے، تب باقی ادویہ کا سفوف ملاکر کھرل کریں - دوران کھرل پانی کا چھینٹا دیتے رہیں تاکہ آسانی سے یک جان ہو جائے - پھر اس کی چار چار رتی کی گولیاں بنالیں۔

خوراک :- حسب ضرورت گولیاں منہ میں رکھ کر چوسیں

فوائد :- نئی کھانسی اور حلق کی خراش کو دور کرتی ہے اور بلغم کو خشک کرتی ہے۔

مہاشنکھ وٹی (بھیشج رتناولی)

اجزاء: کشتہ شنکھ، پانچوں نمک، املی کھار، ترکٹ، ہینگ، کشتہ فولاد، کشتہ قلعی، میٹھا تیلیہ شدھ، پارہ شدھ، گندھک شدھ۔ ایک ایک تولہ۔

ترکیب: سب ادویہ کو علیحدہ علیحدہ باریک کر کے ملا دیں۔ پانچ ادرک اور چترک کے کاڑھے کی بھاونا دیں، پھر رس لیموں کی بھاونا دے کر دو دو رتی کی گولیاں بنالیں۔

خوراک: ایک گولی صبح بعد از غذا ہمراہ نیم گرم پانی۔

فوائد: ہیضہ، پیٹ درد، قے، یرقان، وات رکت، اپھارہ، باؤ گولہ کو نافع ہے، ہاضمہ کی حرارت کو تیز کرتی ہے جس سے بھوک خوب لگتی ہے اور غذا بخوبی ہضم ہو کر جزو بدن بننے لگتی ہے، معدہ و انتڑیوں سے ہوا خارج کر کے اپھارہ و تناؤ کو مٹاتی ہے۔

وشمشٹی وٹی

اجزاء: کچلہ شدھ ۱۰ تولہ۔ رس سندور، کشتہ فولاد، جائفل، لونگ، ۲½-۲½ تولہ

ترکیب: سب ادویہ کو دشمول کے کاڑھے کی بھاونا دیکر مونگ کے برابر گولیاں بنالیں

خوراک:۔ ایک گولی تا ۲ گولی صبح و شام، بعد از غذا گرم پانی یا گرم دُودھ سے دیں۔ گرم دُودھ سے زیادہ اچھا ہے۔

فوائد:۔ یہ اکسیر نروس سسٹم (اعصابی نظام) کی کمزوری اور بے حسی کو دُور کرتی ہے۔ پٹھوں کو طاقتور بنا کر جوڑوں کا درد، جگر، معدہ و مثانہ کی کمزوری اور ذکاوتِ حِس کو رفع کرتی ہے۔ مردانہ طاقت اور ہاضمہ کو خوب بڑھاتی ہے، دُودھ گھی بھی خوب ہضم کرتی ہے، مردانہ عضو میں تحریک پیدا کر کے شہوت اور باہ کو حرکت میں لاتی ہے۔ بلغم کو چھانٹ کر بلغمی امراض کا خاتمہ کرتی ہے

گوگل

یونانی میں اِسے "مقل ازرق" کہتے ہیں۔

جن ادویات کا جزوِ خاص گوگل ہوتا ہے، وہ گوگل کے نام سے ہی موسُوم ہو جاتی ہیں۔

گوگل کو کوٹتے وقت لوہے کے ڈنڈے پر گھی لگا کر کوٹیں۔ تاکہ اچھی طرح کٹائی ہو سکے۔ جس قدر زیادہ کٹائی ہوگی یعنی زیادہ چوٹیں لگیں گی، اُسی قدر اعلےٰ اور مؤثر دوا تیار ہوگی۔

شاید اسی لئے آیورویدک گرنتھوں میں سوا لاکھ چوٹیں لگانے کی ہدایت کی گئی ہے۔

تریودشانگ گوگل

اجزاء:- پوست کیکر، اسگندھ ناگوری، ہاؤ بیر، گلو، ستاور، تخم بدھارا، راسنا، سوئے، کچور، اجوائن دیسی، سونٹھ، ہر ایک کا سفوف ایک ایک تولہ، گوگل شُدّھ ۱۲ تولہ۔

ترکیب:- گوگل کو لوہے کے کھرل میں قدرے گھی چپڑ کر اتنا کوٹیں کہ مانند لئی ہو جائے، پھر مذکورہ بالا سفوف تھوڑا تھوڑا ڈال کر تمام سفوف گوگل میں ختم کریں اور اسے اتنا کوٹیں کہ گوگل از سرِ نو مانند لئی ہو جائے۔ بس اب یہ تیار ہے۔

خوراک:- ۱ ماشہ تا ۳ ماشہ صبح و شام ہمراہ گرم پانی یا دودھ

فوائد:- جوڑوں کا درد، کمر درد، ریںگن، بازو اور پیٹھ کا درد، ہڈی کا ٹوٹ جانا۔ وات اور کف کے امراض، باؤگولہ، اعصابی درد اور لنگڑاپن کے لئے مفید ہے۔

سنگھ ناد گوگل

اجزاء و ترکیب:- ہرڑ زرد، بہیڑہ، آملہ (ہر سہ گٹھلی خارج کردہ) برابر وزن کا سفوف ۲۲ تولہ سوا دو سیر پانی میں اس قدر پکائیں کہ پانی ۹ چھٹانک رہ جائے۔ تب نیچے اُتار کر خوب مَل کر چھان لیں۔ اب اِس میں ایک چھٹانک گوگل شُدّھ ڈال کر نرم آنچ پر

پکائیں اور کڑچھی سے ہلاتے رہیں۔ جب گوگل پگھل کر حل ہو جائے تو ایک چھٹانک کسٹرائل ڈال کر پکائیں۔ گاڑھا قوام بن جانے پر اُتار کر سرد کریں اور گندھک آملہ سار مُنقّٰی ایک چھٹانک ڈال کر خوب کوٹیں۔ جب اچھی طرح یک جان ہو جائے تو کسٹرائل کی مدد سے چار چار رتی کی گولیاں بنالیں۔

خوراک:۔ ۲ گولی تا ۶ گولی، صبح و شام ہمراہ دودھ یا یا سنا آدی کوا تھ

فوائد:۔ ہر قسم کی کھانسی، کوڑھ، فسادِ خون، بادگولہ، پیٹ درد، گنٹھیا، وات، پت اور کف کے امراض میں بے حد مفید ہے۔ پرانے گنٹھیا کے لئے تو لاجواب دوا ہے۔ درد کمر، رینگن اور لنگڑا پن کو نافع ہے

کانچنار گوگل (شارنگدھر)

اجزاء:۔ پوست درخت کچنار نصف سیر، ترپھلا ۲۴ تولہ۔ ترکٹا ۱۲ تولہ، پوست درخت برنا ۴ تولہ، الائچی خورد، تیزپات، دارچینی ایک ایک تولہ۔ سب کو کوٹ چھان کر گوگل شدھ ایک سیر میں ملا کر یک جان کر کے ہاتھوں میں گھی چپڑ کر ۴۔۴ رتی کی گولیاں بنائیں۔

خوراک:۔ ایک گولی ہمراہ جوشاندہ مُنڈی، کچنار، کھیر، ہلیلہ یا محض گرم پانی سے دیں۔

فوائد:۔ جسم سے خنازیری مادے کو خارج کرتا ہے، جذام، کنٹھ مالا، بھگندر اور کن پیڑے دور کرتا ہے۔

خون میں فاسد مادہ ہونے سے کوڑھ پیدا ہو جاتا ہے، جلد

پھٹنے لگتی ہے اور جسم پر جا بجا زخم نکلنے شروع ہو جاتے ہیں، نیز ہنجیراں نکلنے سے گلے کو سخت تکلیف ہوتی ہے۔ اس حالت میں یہ پہلے خون کو خاص عمل سے صاف کرتا ہے، پھر زہریلے مادہ کو خارج کر دیتا ہے۔ یہ گوگل ہنجیراں اور بھگندر کا سب سے اعلیٰ اور موثر علاج ہے اور ہر قسم کے پھوڑوں کے لئے مفید ہے۔

کیشور گوگل

اجزاء و ترکیب:- ہرڑ زرد، بہیڑہ، آملہ (ہر سہ گٹھلی خارج کردہ)، گلو، ہر ایک ایک سیر۔ ان کو جوکوب کر کے کسی آہنی برتن میں ۳۲ سیر پانی کے ساتھ پکائیں۔ ۸ سیر پانی باقی رہ جانے پر نیچے اتار لیں اور خوب مل چھان کر اس کو دوبارہ آہنی برتن میں مع ایک سیر گوگل شدھ نرم آنچ پر پکائیں اور اس دوران میں کڑچھی سے ہلاتے رہیں۔ جب قوام سا بن جائے تو نیچے اتار کر ذیل کی ادویہ کا سفوف ملائیں اور خوب کوٹ کر ۴-۴ رتی کی گولیاں بنالیں۔

چھلکا ہرڑ زرد، چھلکا بہیڑہ، چھلکا آملہ، ست گلو۔ ۵-۵ تولہ سونٹھ، مگھاں، مرچ سیاہ، بابڑنگ، ۲½-۲½ تولہ، جمالگوٹہ شدھ نسوت سوا سوا تولہ۔

خوراک:- ۲ گولی تا ۶ گولی صبح و شام ہمراہ گرم پانی یا گلو کے کاڑھے کے ساتھ دیں۔

فوائد:- کوڑھ، فسادِ خون۔ پھوڑے پھنسیاں، جریان ہر قسم

بادِ گولہ، بھوک کی کمی، کھانسی، سوجن، کمی خون میں نافع ہے۔
خون کی خرابی کے لئے بہترین دوا ہے، مصفّیٔ خون ہے۔ داد
چنبل، کاربنکل پھوڑے میں اکسیر صفت دوا ہے۔
اس کے متواتر استعمال سے پھُلبہری بھی رفع ہو جاتی ہے۔

گوکھشر آدی گوگل

اجزاء و ترکیب:۔ گوکھرو پونے دو سیر کو جَوکوب کر کے ۱۲ سیر پانی میں پکائیں۔ جب ۵ سیر پانی رہ جائے تو اُتار کر مل چھان کر اس میں آدھ سیر گوگل شُدھ شامل کر کے مدھم آنچ پر پکائیں اور کڑچھی سے ہلاتے رہیں۔ گاڑھا قوام بن جانے پر اُتار کر ذیل کی ادویات کا سفوف ملائیں اور خوب یک جان کر کے چار چار رتی کی گولیاں بنائیں۔

سونٹھ، مگھاں، مرچ سیاہ، چھلکا ہرڑ زرد، چھلکا بہیڑہ، آملہ، ناگرموتھا۔ ۵-۵ تولہ۔

فوائد:۔ درد گردہ کی لاثانی دوا ہے، پیشاب کی تمام بیماریوں کو نیست و نابود کرتی ہے، پیشاب کی رکاوٹ اور تکلیف دُور ہو کر پیشاب کھُل کر آنے لگتا ہے، پیشاب قطرہ قطرہ آنا، پیشاب میں گدلاپن، چربی، البیومن، شکر، خون یا پیپ آتی ہو تو یہ گوگل آبِ حیات کا کام کرتا ہے۔ مثانہ کی پتھری کو ریزہ ریزہ کر کے خارج کرتا ہے۔ پراسٹیٹ گلینڈ (غدہ قدامیہ) بڑھ جانے سے

جب پیشاب بند ہو جاتا ہے تو اس کے لئے اکسیر عجیب الاثر ہے
علاوہ ازیں امراضِ منی اور جریانِ منی کے لئے بھی اکسیر صفت ہے۔
خوراک :۔ ۲ گولی تا ۴ گولی صبح و شام ہمراہ پانی نیم گرم۔

مہا یوگ راج گوگل (شارنگدھر)

اجزاء و ترکیب :۔ سونٹھ، پیپلی، چویہ، پپلا مول، چترا، ہینگ بریاں، اجمود، سرسوں، زیرہ سیاہ، زیرہ سفید، رینوکا، اندرجو، پاٹھا، بابڑنگ، گج پیپل، کٹکی، اتیس، بھارنگی، ورچ، مُرُدا ہر ایک ۳ ماشہ ترپھلا ۱۰ تولہ، گوگل ۱۵ تولہ، کُشتہ قلعی، کُشتہ چاندی، کُشتہ سیسہ، کُشتہ فولاد، کُشتہ ابرک سیاہ، کُشتہ منڈور، رس سیندھور ہر ایک ۴-۴ تولہ —— پہلے تمام نباتاتی ادویہ کو کوٹ چھان کر بعد میں کُشتہ جات مِلا دیں اور گوگل شامل کرکے بڑے ہاون دستہ میں کُوٹ کوٹ کر مانند موم بنائیں، ہاون اور دستہ دونوں کو گھی لگاتے رہیں۔ اگر سوا لاکھ چوٹ شمار کرکے لگوائیں تو بہتر گوگل تیار ہوگا۔ (دو آدمی مِل کر ۱۵ یوم میں سوا لاکھ چوٹ لگا سکتے ہیں)۔ جب خوب یکجان ہو تب چار چار رتی کی گولیاں بنالیں۔

خوراک :۔ ایک گولی صبح، ایک گولی شام ہمراہ گھی ۲½ تولہ، یا جوشاندہ گلو، دیودار، سونٹھ، دارہلدی۔

فوائد :۔ امراضِ ریحی میں جب حیض درد سے آتا ہو یا جوڑوں میں درد، سوجن ہو، رعشہ، ادھرنگ فالج، لقوہ، باؤ گولہ، بواسیر،

اپھارہ، نقرس، جریان ہر قسم اور امراض جگر و ریح کے درد میں مفید ہے۔ قوتِ ہاضمہ بڑھاتا ہے، منی کی اصلاح کرتا ہے۔
دورانِ استعمال ہفتہ میں ایک یا ۲ بار کسٹرائل دینا بیحد مؤثر ثابت ہوگا۔

یوگراج گوگل (شارنگدھر)

اجزاء:۔ سونٹھ، مگھاں، چویہ (چب)، پپلامول، سرسوں، ہینگ بریاں، اجمود، چترا، زیرہ سیاہ، زیرہ سفید، ریٹوکا، بابڑنگ، اندرجو، پاٹھا، اتیس، گج پیپل، کٹکی، بھارنگی، ورچ، مورو ہر ایک تین تین ماشہ، ترپھلا ۱۰ تولہ، گوگل شدھ ۱۵ تولہ۔

ترکیب:۔ تمام ادویہ کو کوٹ چھانکر گوگل کے ساتھ ہاون دستہ میں کوٹ کوٹ کر مانند موم نرم بنادیں۔ دورانِ عمل ہاون و دستہ کو قدرے گھی لگاتے رہیں تاکہ کوٹنے میں آسانی رہے۔ اگر سوا لاکھ چوٹ لگوائیں تو اعلیٰ ترین گوگل تیار ہوگا۔ اب اس کی چار چار رتی کی گولیاں بنائیں۔

خوراک:۔ ایک ایک گولی صبح و شام ہمراہ جوشاندہ گلو یا گھی ۲½ تولہ

فوائد:۔ ریحی امراض مثلاً بواسیر ریحی، درد پشت، دردِ حیض، جوڑوں کا درد، نقرس، سوجن، رعشہ (ہاتھ پاؤں کانپنا)، لقوہ، ادھرنگ، فالج باد گولہ میں از حد مفید ہے۔ قوتِ ہاضمہ بڑھاتا ہے، جگر کو طاقت دیتا ہے۔

یوگراج گوگل کے استعمال سے پیشتر معدہ صاف کرلینا چاہیئے۔

لوہ و منڈور

جن ادویات کا جزو خاص لوہ یا منڈور (فولاد و خبث الحدید) ہو انہیں آیورویدک میں لوہ و منڈور کے نام موسوم کیا جاتا ہے۔ ان ادویات کا استعمال بالخصوص خون پیدا کرنے کے لئے کیا جاتا ہے کیونکہ یہ دونوں مولد خون ہیں۔ خون کی کمی سے اگر جسم کمزور ہو اور چہرے پر سفیدی آگئی ہو تب یہ بے حد مفید رہتا ہے۔ یہ خون کے سرخ ذرات کو بڑھا کر جسم میں طاقت اور چہرہ پر سرخی و شادابی پیدا کرتے ہیں۔

برہت سروجور ہر لوہ

اجزاء و ترکیب:۔ پارہ شدھ، گندھک آملہ سار شدھ کشتہ تانبہ، کشتہ سونا مکھی، کشتہ ابرک سیاہ، کشتہ چاندی کشتہ سونا، ہرتال ورقیہ شدھ۔ ایک ایک تولہ۔ کشتہ فولاد ۱۰ تولہ۔ پارہ و گندھک کی کجلی بنا کر باقی ادویہ شامل کر کے رس کریلہ میں سات روز کھرل کریں۔ پھر شاہترہ، ترپھلا، گلو، مکو، سنبھالو، پنرنواہ اور ادرک کے رس یا پانی میں سات سات روز کھرل کر کے

دو دو رتی کی گولیاں بنائیں۔

خوراک:۔ ادرک کے رس اور شہد کے ساتھ ایک گولی دیں۔

فائدہ:۔ آٹھ قسم کا بخار، پرانا بخار، خلطوں سے پیدا ہونے والا بخار، سنپات جوَر، تپ دق، باری کا بخار، ملیریا اور آدھے جسم کا بخار وغیرہ میں نعمتِ غیر مترقبہ ہے۔

خون کی کمی، یرقان (پھُس)، ضعفِ ہاضمہ، امراضِ شکم اور جگر و تلی کے بڑھنے میں مفید ہے۔

پردرانتک لوہ (رس یوگ ساگر)

اجزاء:۔ کشتہ فولاد، کشتہ تانبہ، کشتہ قلعی، کشتہ کوڑی، کشتہ ابرک سیاہ، کشتہ سنکھ، ہڑتال شدہ، مرچ سیاہ، سونٹھ، مگھاں، ہرڑ، بہیڑہ، آملہ، جرچترا، بابڑنگ، نمک سیندھا، کچور، نمک سیاہ، نمک سانبھر، نمک بڑ، نمک شیشہ، چبہ، بچ، ہاؤبیر، پاڈھ، دیودار، الائچی خورد، بدھارا۔ سب برابر وزن کا سفوف بنا کر کشتہ جات کو ملا دیں اور ۶ گھنٹے تک کھرل کریں۔

خوراک:۔ گھی مصری ایک ایک ماشہ اور شہد ۲ ماشہ ملا کر دیں۔

فوائد:۔ یہ رسائن سیلان الدم یعنی خون آنے کو روکتی ہے۔ خون حیض کے بگاڑ میں جبکہ خون سیاہی مائل نیلگوں یا گانٹھوں کی شکل میں خارج ہوتا ہو، اندامِ نہانی میں درد ہو، حیض درد سے آتا ہو، یرقان، سوزشِ بولی اور رحم کے نقائص رفع کرتی ہے، خونِ حیض باقاعدہ آنے لگتا ہے اور ہر قسم کی رکاوٹ درد ختم ہو جاتا ہے

عورتوں کی پوشیدہ امراض کے لئے تریاق ہے۔

پُنر نوا منڈور (بھیشج رتناولی)

اجزاء:- اٹ سٹ کی جڑ، نسوت، سونٹھ، مرچ سیاہ، مگھاں، بابڑنگ، دیودارو، پوکھر مول، ہلدی، جڑ چترک، ہرڑ، بہیڑہ آملہ، دنتی مول، چب اندرجو، کٹکی، پپلا مول، موتھا، کاکڑا سنگی، زیرہ سیاہ، اجوائن، کائپھل۔ سب برابر وزن کا سفوف بنالیں۔

سفوف سے دگنا کشتہ منڈور کو آٹھ گنا گئو موتر میں پکائیں۔ گئو موتر چوتھائی رہنے پر مندرجہ بالا سفوف ملاکر آگ پر پکائیں اور گاڑھا ہونے پر گھوٹ کر بقدر دانہ مٹر گولیاں بنالیں۔

خوراک:- ۲ گولی تا ۴ گولی ہمراہ گڑ، دن میں ۲ بار۔

فوائد:- یہ اکسیر یرقان، دردِ شکم، اپھارہ، بواسیر، سنگرہنی، پیٹ کے کیڑے، دمہ، کھانسی، بخار اور ضعفِ معدہ کیلئے بینظیر ہے یرقان کے لئے خصوصیت کے ساتھ دی جاتی ہے۔

پُنر نوا کا سب سے بڑا فعل ہر قسم کی سوزش کو دُور کرنا ہے نیز یہ پیشاب آور بھی ہے اس لئے یہ منڈور خرابیٔ جگر کی وجہ سے پیدا شدہ سوزش کو دُور کرتا ہے اور جگر کی اصلاح کرکے تازہ خون پیدا کرتا ہے

چیتامن آدی لوہ

اجزاء:- صندل سرخ، پاڑھا، خس، مگھاں، مُشک بالا۔ آملہ، چھلکا ہرڑ زرد، سونٹھ، نیلوفر، بابڑنگ، ناگرموتھا، چترک کی جڑ

کی چھال۔ ہر ایک کا سفوف ایک ایک تولہ، کشتہ فولاد ۱۲ تولہ۔
ترکیب :- عمدہ کھرل میں تمام ادویات کو ڈال کر سنبھالو کے پانی سے متواتر ایک روز کھرل کریں، خشک ہونے پر پیس لیں۔
خوراک :- ۲ تا ۴ رتی صبح و شام ہمراہ دودھ گائے
فائدہ :- بخاروں کے لئے مجرب ہے، بالخصوص وِکھم جور یعنی بے قاعدہ بخار کے لئے کارگر ثابت ہوتا ہے۔ جریانِ امنی اور خون کی کمی دور کرتا ہے۔ پیشاب کی جلن میں نافع ہے اور جسم میں سکون پیدا کرتا ہے۔ خون کی گرمی مٹاتا ہے۔

سروجورہرلوہ (رسیندرسارسنگرہ)

اجزاء و ترکیب :- چترک، ہرڑ، بہیڑہ، آملہ، سونٹھ، ملٹھی، مرچ سیاہ، مگھاں، بابڑنگ، ناگرموتھا، گج پیپل، پیلا مول، خس، دیودارو، چرائتہ، پاڑھا، کٹکی، کنڈیاری، تخم سہانجنا، لنج کی چھال، ہر ایک ۱ تولہ، کشتہ فولاد ۲۰ تولہ۔ سب کو کوٹ چھانکر ملالیں۔ اور سادہ پانی میں کھرل کر کے دو دو رتی کی گولیاں بنالیں۔
خوراک :- ایک گولی ہمراہ دودھ، پانی یا شہد۔
فوائد :- ہر قسم کے بخاروں کے لئے لاجواب ہے، سردی، لرزہ، پیاس کی زیادتی، سر چکرانا، پسینہ آنا، دست، کف پت، جگر و تلی کا بڑھنا، ضعف ہضم، یرقان سنگرہنی، تپ دق میں نفع کثیر کرتا ہے، ویرج کو بڑھاتا اور کمزور و لاغر جسم کو موٹا تازہ بناتا ہے۔

نوائس لوہ (شارنگدھر)

اجزاء:- ہرڑ، بہیڑہ، آملہ، سونٹھ، مرچ سیاہ، مگھاں، موتھا بابڑنگ، چترک، ایک ایک تولہ- کشتہ فولاد ۹ تولہ، سب کا سفوف بنا کر ملالو

خوراک:- ۲ رتی تا ۴ رتی ہمراہ شہد، گئوموتر یا گائے کے دہی کی چھاچھ۔

فوائد:- یرقان، بھس (کمیٔ خون)، بادِ گولہ، جگر و تلی کا بڑھ جانا یا کمزور ہونا، ہاضمہ سست پڑنا، معدہ کا غذا ہضم نہ کرنا، بواسیر، کرم امعا، بخار کہنہ، سوزشِ بدن کے لیئے اکسیر ہے، قوتِ ہاضمہ کو بڑھا کر خوراک کو جلد ہضم کرتا ہے، تازہ خون پیدا کرتا ہے۔

وشم جور آنتک لوہ

اجزاء:- پارہ شدھ، گندھک آملہ سار شدھ- دو دو تولہ، کشتہ تانبا، کشتہ سونا مکھی، ایک ایک تولہ، کشتہ فولاد ۶ تولہ، پہلے پارہ و گندھک کی کجلی بنائیں پھر باقی ادویہ ملا کر برگ اڑوسہ، ادرک، برگ پان ہر سہ کے پانی اور تالمکھانہ کے کاڑھے میں کھرل کریں- خشک ہونے پر کھرل کر کے رکھیں-

خوراک:- ۲ رتی صبح و شام ہمراہ شہد-

فائدہ:- پرانے اور بے قاعدہ بخاروں کے لیئے آبِ حیات

ہے۔ جگر و تلی کو مفید ہے۔ جسم میں خون کی کمی کو دُور کر کے مردانہ طاقت کو بڑھاتا اور جسم کو موٹا تازہ بناتا ہے، ہاضمہ بڑھاتا ہے۔

پرپٹیوں کے فائدے

تمام قسم کی پرپٹیوں کا سب سے بڑا فائدہ یہ ہوتا ہے کہ اس کے استعمال سے آنتوں کے تمام امراض نیست و نابود ہو جاتے ہیں۔ آنتوں کی کمزوری سے ان میں جراثیم پیدا ہو جاتے ہیں اور آنتوں میں غلاظت کی وجہ سے بدبُو اور زہریلا مادّہ پیدا ہونے لگتا ہے۔ کبھی تو آنتوں میں زخم اور سوجن بھی ہو جاتی ہے جس سے مریض کی زندگی خطرے میں پڑ جاتی ہے۔ اِن حالات میں جب کوئی دوا کارگر نہیں ہوتی، تب پرپٹی کا استعمال کیا جاتا ہے۔ پرپٹی زبردست جراثیم کُش ہونے کے علاوہ زخموں کو صاف کر کے بھر دیتی ہے، معدہ اور آنتوں کو طاقتور بنا کر جملہ امراض کا قلع قمع کرتی ہے، ہاضمہ کی قوّت بڑھاتی ہے۔ پرپٹی میں پارہ کا جزو ہوتا ہے اور اس کیساتھ جن معدنیات کی آمیزش کی جاتی ہے اُن کی طاقت کئی گنا بڑھ جاتی ہے جیسا کہ لوہ پرپٹی میں گشتہ فولاد کی آمیزش سے خُون کی کمی دُور ہوتی ہے اور تانبے کی آمیزش سے تلی جگر اور گردِل

کے امراض دور ہوتے ہیں۔ علےٰ ہذالقیاس

ہر قسم کی پرپٹی بنانے کی ترکیب

رس رسائن کے بیان میں پرپٹی کو خاص دخل ہے۔ یہ پارہ، گندھک کی کجلی بنا کر دیگر ادویہ کے ساتھ ملا کر آگ پر تیار کی جاتی ہے۔

پرپٹی بنانے کے لئے لوہے کی کڑاہی یا کڑچھی میں گھی لگا کر کجلی و دیگر ادویہ کو ڈالیں، بعد میں چولھے پر چڑھا کر لوہے کی سلاخ سے ہلائیں۔ نیچے بیری کی لکڑی جلانی چاہیئے۔ بیری کے کوئلوں کی نرم آنچ پر پرپٹی تیار کریں۔ بعد میں جب پگھل جائے تب زمین پر گوبر پھیلا کر اُوپر کیلے کے سبز پتے پھیلا دیں اور تیار کردہ پرپٹی ڈال کر اُوپر کیلے کا پتا رکھ کر اُس کے اُوپر گوبر پھیلا دیں، سرد ہونے پر پرپٹی نکال لیں۔ کڑاہی یا کڑچھی میں جو پرپٹی باقی رہ جائے اُسے پھینک دینا چاہیئے۔

پرپٹی کھانے والے کو حسب ذیل اشیاء سے پرہیز کرنا چاہیئے :-

جماع، عورتوں سے زیادہ ہم کلامی، زیادہ دیر دھوپ میں بیٹھنا، غم و غصہ کرنا، ترش کھانے مثلاً آچار، اِملی، چٹنی و مربہ جات، زیادہ گھی و روغنی غذائیں، شراب، سیگرٹ، حقہ، چائے

اور دیگر منشیات سے حتی الوسع بچنا چاہیئے اور اس دوران میں غذا جلد ہضم ہونے والی کھائیں تاکہ پرپٹی اپنا اثر دکھا سکے۔

احتیاط :- پرپٹی کھانے کے دو گھنٹے تک نمکین غذا نہ دیں۔ کیونکہ نمک اور پارہ کے ملنے سے پارہ مرکری کلورائیڈ بن کر نقصان دِہ ثابت ہوتا ہے۔

بول پرپٹی (یوگ رتناکر)

اجزاء :- پارہ شدھ، گندھک آملہ سار شدھ۔ ایک ایک تولہ دم الاخوین (خون سیاوشیان) - ۲ تولہ۔

ترکیب :- پہلے پارہ و گندھک کی کجلی بنائیں۔ پھر کجلی کو کڑچھی میں ڈال کر آگ پر پگھلائیں - جب پگھل جائے تب اس میں دم الاخوین کا سفوف قدرے دودھ کا موند لگا کر ڈال دیں اور فوراً آگ سے اتار کر الٹا دیں تاکہ جل کر خاک سیاہ نہ ہو جائے اور حسب معمول پرپٹی تیار کر لیں۔

خوراک :- ۲ تا ۴ رتی دن میں تین بار ہمراہ شہد دیں۔

فوائد :- رکت پردر (کثرت طمث)، بواسیر خونی، جریان خون اور خونی دستوں کے لئے اکسیر صفت پرپٹی ہے۔ اس کے استعمال سے خون کی نالیاں سکڑ جاتی ہیں اسی وجہ سے بہتے ہوئے خون اور عارضہ بالا کو فوراً روکتی ہے۔

پنچ امرت پرپٹی (یوگ رتناکر)

اجزا :- پارہ شُدھ، کُشتہ فولاد، کُشتہ ابرک سیاہ، کُشتہ تانبا دو دو تولہ - گندھک آملہ سار شُدھ ۸ تولہ

ترکیب :- سب کو ملا کر حسب معمول پرپٹی تیار کریں ۔

خوراک :- ۱ تا ۴ رتی ہمراہ سفوف، مکھن و شہد دن میں دو بار

فوائد :- عام اقسام کی پرپٹیوں میں سے یہ پرپٹی سب سے اعلیٰ و برتر مانی گئی ہے - اس کا فعل نظامِ ہضم کو درست کرتا ہے، ہاضمہ کی طاقت بڑھا کر خوب بھوک پیدا کرتی ہے، سنگر ہنی میں جب مریض خون کی کمی کے باعث جسم میں ہلکا ہلکا بخار محسوس کرتا ہے اور جگر اپنا فعل سرانجام نہیں دیتا - تب اس حالت میں یہ پرپٹی عین موافق ثابت ہوتی ہے - صفرا (پت) سے پیدا شدہ امراض میں بالعموم دی جاتی ہے صفرا کو خارج کرتی ہے، دستوں کو روکتی ہے، انتڑیوں کے کیڑوں کو ہلاک کرتی ہے نیز قوتِ باہ میں بھی اضافہ کرتی ہے -

تامر پرپٹی (رس یوگ ساگر)

اجزا :- پارہ شُدھ، گندھک آملہ سار شُدھ چار چار تولہ - کُشتہ تانبا ۲ تولہ

ترکیب :- پہلے پارہ و گندھک کی کجلی تیار کریں - پھر کشتہ تانبا ملا کر خوب کھرل کریں اور حسب معمول پرپٹی تیار کرلیں -

خوراک :- ایک تا ۲ رتی - دن میں تین بار دیں۔

فوائد :- یہ پرپٹی سنگرہنی، تلی یا جگر کا بڑھ جانا، گردوں کی سوزش، دست، یرقان اور ضعفِ معدہ وغیرہ میں حد درجہ مفید ہے۔ تامر پرپٹی میں جزوِ اعظم تانبا ہے اس لئے اس کا خاص اثر تلی، جگر اور گردوں پر ہوتا ہے۔

رس پرپٹی (رسیندر سار)

اجزاء و ترکیب :- پارہ شدھ، گندھک شدھ پانچ پانچ تولہ کی کجلی بنا کر اس کو لوہے کی کڑاہی یا کڑچھی میں ڈال کر حسب معمول پرپٹی تیار کریں۔

خوراک :- ایک تا ۸ رتی حسب طاقت ہمراہ شہد یا ہینگ دن میں تین بار - دوا کھلا کر اوپر سے سپاری کا ایک ٹکڑا کھلانے کو دیں۔

فوائد :- سنگرہنی و اسہال (دست) کی لاجواب دوا ہے علاوہ ازیں بواسیر، انتڑیوں کے زخم، سوزش، کیڑے، درد پیٹ وغیرہ میں بے حد فائدہ کرتی ہے۔

آتشک میں جب دست لگ جاتے ہیں، تب یہ دوا اپنا پورا اثر دکھاتی ہے اور دستوں کے ساتھ آتشک کو بھی نیست و نابود کرتی ہے۔ پت یعنی صفراوی مزاج والوں کے موافق نہیں آتی۔

ٹائیفائیڈ فیور (معیادی بخار) میں بھی اپنا عجیب اثر دکھاتی ہے

لوہ پرپٹی (بھیشج رتناولی)

اجزاء و ترکیب :- گندھک شدھ، گندھک آملہ سار شدھ۔ کشتہ فولاد۔ برابر وزن لیں۔ اور پارہ و گندھک کی کجلی بنا کر بعد میں کشتہ فولاد ملا دیں۔ پھر حسب دستور پرپٹی بنا لیں۔

خوراک :- ایک تا ۶ رتی۔ دن میں تین بار۔ ایک رتی سے شروع کر کے آہستہ آہستہ مقدار خوراک بڑھائیں۔

فوائد :- پرانی سنگرہنی اور دستوں کے لئے عجیب الاثر پرپٹی ہے۔ خون زیادہ خارج ہونے سے جب جسم کی رنگت سفید پڑ جائے۔ تب یہ پرپٹی خون کی کمی کو دور کر کے جسم میں کافی خون پیدا کرتی ہے۔ جگر اور تلی کے فعل کو درست کرتی ہے۔ سوجن کو دور کرتی ہے نیز اٹھارہ اقسام کے کوڑھ میں مفید ہے۔

چورن (سفوف) بنانا

چورن کی تعریف

خشک جڑی بوٹیوں کو اچھی طرح کوٹ چھان سفوف (چورن) بنایا جاتا ہے، اس ضمن میں جو نسخہ جات مندرج ہیں، ان میں چورنوں کے اجزاء کو علیحدہ علیحدہ کوٹ چھان کر درج شدہ وزن کے مطابق ہی شامل کرنا چاہیئے۔ کیونکہ سب کو اکٹھا کوٹنے اور چھاننے سے ہر جزو پوری مقدار میں حاصل نہیں ہوتا اور بعض ادویہ سخت ہونیکے باعث اچھی طرح کوٹی نہیں جاتیں اور ان کا چورن بھی کم بنتا ہے۔

احتیاط

چورن میں شامل کی جانے والی مفردات (جڑی بوٹیاں) تازہ نئی اور صاف ہونی چاہئیں۔ کرم خوردہ اور پرانی مفردات ہرگز استعمال نہ کریں کیونکہ چورن کے کارآمد اور مفید الاثر ہونے کی مدت ایک سال کہی گئی ہے ــــ میٹھے اور نمکین چورن کوٹنے کے بعد مضبوط ڈاٹ والی شیشیوں میں بند رکھنے چاہئیں۔ کیونکہ یہ چورن نمی کو چوس لیتے ہیں۔ اس لئے جلد خراب ہو جاتے ہیں، لہذا چورن بنا کر انہیں حفاظت سے رکھنے کی خاص احتیاط درکار ہے۔

اسگندھ چورن (شارنگدھر)

اجزا:۔ اسگندھ ناگوری (کرم خوردہ نہ ہو)۔ جڑ بدھارا دونوں برابر برابر وزن لے کر سفوف بنالیں۔

خوراک:۔ ۳ ماشہ تا ۶ ماشہ ہمراہ نیم گرم دودھ گائے۔

فوائد:۔ یہ چورن نروس سسٹم (اعصابی نظام) کو بہتر بناتا ہے۔ قوت باہ اور اعصاب کو طاقت دیتا ہے، قبض کشا ہے اور ویرج کے پتلاپن اور ویرج کی کمزوری سے پیدا شدہ دماغی کمزوری کو دور کرتا ہے۔ ویرج کو گاڑھا کر کے جریان، احتلام کو دور کرتا ہے۔ اس کے مسلسل استعمال سے بڑھاپے کے اثرات مثلاً بال سفید ہونا، جسمانی کمزوری اور چہرے پر جھریاں نہیں آنے پاتیں اور بوڑھے ہمیشہ نوجوانوں کی سی تازگی، چستی اور طاقت محسوس کرتے ہیں، دردوں کو دور کرنے میں بھی یہ چورن بے مثال ہے۔

اَنترِودھی ہر چورن

اجزاء:۔ ہینگ بریاں، چھوہارا، سوئے، اجوائن، سونف، بابڑنگ، پودینہ خشک، اِندر جو، مرچ سفید، دانہ الائچی کلاں، ہڑ چھوٹی ایک ایک تولہ۔ ہڑ بڑی، برگ سنا (پتوں سے ڈنڈیاں صاف کریں)۔ ڈیڑھ ڈیڑھ تولہ۔ گری کرنجوا، نمک سیاہ ۲-۲ تولہ

ترکیب :۔ سناء کے علاوہ باقی ادویات کو توے پر علیحدہ علیحدہ بھون لیں۔ پھر سنا کو کوٹ کر سفوف بنا کر سب کو ملا کر سفوف بنا لیں۔

خوراک :۔ ۴ تا ۶ ماشہ دن میں ۲ بار ہمراہ گرم دودھ۔

فوائد :۔ یہ چورن ہرنیا (آنتوں کا اترنا یعنی فتق) کے لئے بہت مفید ہے۔ پیٹ کا درد، ہاضمہ کی کمزوری، پیٹ میں ہوا ہونا، اور اپھارہ وغیرہ کو مفید ہے۔ قبض کشا ہے۔

ایلادی چورن

اجزاء :۔ الائچی خورد، لونگ، ناگ کیسر، بیر کی گٹھلی کی گری، مرمرے (بھنے ہوئے چاول)، پرینگو، ناگرموتھا، مگھاں، سفید چندن سب برابر برابر لے کر الگ الگ سفوف بنا کر باہم ملا لیں۔

خوراک :۔ ۲ تا ۴ ماشہ برابر کھانڈ ملا کر ہمراہ شہد یا تازہ پانی۔

فوائد :۔ معدہ کی گرمی کو تسکین دیتا ہے، صفرا (پت) کو کم کرتا ہے، غذا میں رغبت پیدا کرتا ہے اور ہر قسم کی قے، متلی کو نافع ہے۔

اوی پتی کر چورن (بھیشج رتناولی)

اجزاء :۔ سونٹھ، مرچ سیاہ، مگھاں، ہرڑ، بہیڑہ، آملہ، ناگرموتھا، وڑ نمک، بابڑنگ، تخم الائچی خورد، تیزپات ہر ایک ۱ تولہ، لونگ ۱۰ تولہ، تربد (تردی) ۴۰ تولہ۔ مصری ۶۰ تولہ۔ سب کو باہم ملا کر چورن

تیار کریں۔

خوراک :۔ ۳ماشہ تا ۶ماشہ غذا سے پہلے ہمراہ تازہ پانی۔

فوائد :۔ یہ چورن امل پت (ترشی معدہ)، درد بواسیر، سنگ مثانہ (پتھری مثانہ)، سوزش البول کے لئے نعمت ہے۔ پیشاب آور ہونے کی وجہ سے پیشاب کی تکلیفوں کو رفع کرتا ہے۔

اجمود آدی چورن

اجزاء :۔ اجمود، بابرنگ۔ نمک سیندھا، برادہ دیودار، سونف، چترک کی جڑ کی چھال، ملٹھاں، پیلامول، مرچ سیاہ، ایک ایک تولہ، ہرڑ زرد ۵ تولہ۔ تخم بدھارا، سونٹھ، ۱۰-۱۰ تولہ علیحدہ علیحدہ کوٹ چھان کر ملالیں۔

خوراک :۔ ۳ تا ۶ ماشہ ہمراہ گرم پانی یا عرق سونف۔

فوائد :۔ جوڑوں کا درد (گنٹھیا)، درد پشت، درد کمر، درد مقعد اور سوجن وغیرہ کے لئے لاثانی سفوف ہے۔

آملکیہ آدی چورن

اجزاء و ترکیب :۔ آملہ (گٹھلی خارج کردہ)، ملٹھاں، چھلکا جڑ چترک، چھلکا ہرڑ زرد، نمک سیندھا۔ برابر برابر وزن۔ جملہ ادویہ کا سفوف بنا کر ملالیں۔

خوراک :۔ ۲ تا ۳ ماشہ ہمراہ گرم پانی دن میں ۲ یا ۳ بار

فوائد:- ہر قسم کے بخاروں کے لئے نافع ہے، قبض کشا اور ہاضم ہے، بلغم اور بدہضمی کو رفع کرتا ہے، بھوک خوب لگاتا ہے، پاخانہ صاف لاتا ہے ہلکا ہلکا بخار رہتا ہو تو یہ چورن مفید رہتا ہے۔

اگنی مکھ چورن

اجزاء:- ہینگ بریاں ا تولہ، ورچ ٢ تولہ، مگھاں ٣ تولہ، سونٹھ ٤ تولہ، اجوائن ٥ تولہ، چھلکا ہرڑ زرد ٦ تولہ، چھلکا جڑ چترک ۷ تولہ، کُٹھ ٨ تولہ - سب کو کوٹ چھان کر باہم ملالیں۔

خوراک:- ا ماشہ تا ٣ ماشہ ہمراہ عرق سونف، پانی نیم گرم یا دہی کی چھاچھ - دن میں تین بار۔

فوائد:- بدہضمی، پیٹ درد، باؤ گولہ، تلی کا بڑھ جانا، تلی کا درد، پیٹ میں ہوا کا پیدا ہو کر اوپر کی طرف جانا جسے اودا ورت یا تبخیر معدہ بھی کہتے ہیں، پیٹ کی گڑگڑاہٹ، اپھارہ، ہاضمہ کی کمزوری بھوک کھانہ لگنا، بواسیر بادی اور پیٹ کی دیگر بیماریوں کے لئے نافع ہے۔

بڑوانل چورن

اجزاء:- نمک سیندھا ا تولہ - پپلا مول ٢ تولہ، مگھاں ٣ تولہ - چویہ (جڑ کالی مرچ) ٤ تولہ، چھال جڑ چترک ٥ تولہ، سونٹھ ٦ تولہ - چھال ہرڑ زرد ۷ تولہ - ان سب کا سفوف بنا کر ملالیں۔

خوراک :۔ ۲ ماشہ تا ۳ ماشہ ہمراہ پانی، عرق سونف یا دہی کی لسی، دن میں دو تین بار دیں۔

فوائد :۔ حرارتِ ہاضمہ کو تیز کرتا، بھوک لگاتا اور آنتوں کی حرکات میں اضافہ کر کے قبض کو دُور کرتا ہے۔ پُرانی بدہضمی، دائمی قبض اور بواسیر میں نافع ہے۔

برہد دنڈ چُورن

اجزاء :۔ موصلی سفید، ست گلو، کونچ کے بیج۔ آملہ۔ موصلی سنبھل۔ برابر وزن۔ سب کو الگ الگ کوٹ کر سفوف بنا کر باہم آمیزش کریں۔

خوراک :۔ ۶ ماشہ تا ۱ تولہ، ہمراہ دُودھ دن میں ۲ بار۔

فوائد :۔ یہ چُورن ویرج کی ہر طرح کی کمزوری، جریان، احتلام، سرعت انزال، بڑھاپے میں ہونے والے سلسل بول یعنی پیشاب کی کثرت کو دُور کرتا ہے۔ پانی جیسے پتلے ویرج کو گاڑھا کرتا ہے اور نوجوانوں کو شرمندگی سے بچاتا ہے۔ ایک ماہ متواتر استعمال کرنے سے کمر درد دُور ہو کر کمر طاقتور ہو جاتی ہے۔

پُشیانگ چُورن

اجزاء :۔ پاڈھا (جل جمنی)، جامن کی گھٹلی کی گری، ناگرموتھا، آم کی گھٹلی کی گری، پکھان بید، رسونت، مائیں، موچرس، مجیٹھ،

کنول کے پھول کا زیرہ، کیسر کشمیری، اتیس، بل کتھ، لودھ پٹھانی، گیرو، کائپھل، مرچ سیاہ، سونٹھ، مویز منقیٰ، لال چندن، اِندر جَو، شیوناک کی چھال۔ اننت مول، گُل دھاوا، ملٹھی، ارجن کے درخت کی چھال۔ برابر وزن سے تمام ادویات کو الگ الگ کوٹ چھان کر باہم آمیزش کریں۔ چورن تیار ہے۔

خوراک:۔ ایک تا ۳ ماشہ شہد میں ملا کر چٹائیں یا چاولوں کے دھوون کے ساتھ دیں۔

فوائد:۔ یہ چورن پردر (لیکوریا، سیلان الرحم یعنی اندام نہانی سے نیلا پیلا سفید یا سرخ پانی خارج ہوتے رہنا)، طمثِ خون یعنی ماہواری کے خون کی زیادتی، خونی دستوں اور خونی بواسیر کے لئے بے حد مفید دوا ہے۔ اس کے علاوہ بچوں کے پیٹ کی بیماریاں اور اندام نہانی کے امراض اور ماہواری کے خون کی بے قاعدگی وغیرہ میں بھی فائدہ مند ہے۔

پنچ سم چورن

اجزاء:۔ سونٹھ، چھال ہرڑ زرد، مگھاں، نسوت (ترِوی)، نمک سونچل۔ سب برابر وزن۔ ہر ایک کا سفوف بنا کر باہم ملالیں۔

خوراک:۔ ۸ ماشہ تا ا تولہ ہمراہ دودھ یا نیم گرم پانی دیں۔

فوائد:۔ یہ چورن بھوک پیدا کرتا ہے۔ خوراک کو ہضم کرنیوالا اور دائمی قبض کو دور کرتا ہے۔ جب پاخانہ کھل کر نہ آتا ہو اور آنتوں

میں فضلہ رہ جانے سے طبیعت بھاری اور سست رہتی ہو۔ اور دفع حاجت کے وقت زور لگانا پڑتا ہو تو اس چورن کے استعمال سے آنتیں فضلہ سے صاف ہو کر پاخانہ آسانی سے آتا ہے۔ اور طبیعت ہشاش بشاش ہو جاتی ہے۔

تالیس آدی چورن (چرک سنگھتا)

اجزاء:۔ تالیس پتر، الائچی، دارچینی ایک ایک تولہ۔ مرچ سیاہ ۲ تولہ۔ سونٹھ ۳ تولہ، پیپلی ۴ تولہ، طباشیر ۵ تولہ۔ مصری ۳۲ تولہ۔
سب کو باریک پیسکر ملالیں۔

خوراک:۔ ۲ ماشہ تا ۶ ماشہ ہمراہ شہد یا دودھ

فوائد:۔ بلغمی کھانسی، خشونت گلو (گلے کی خارش)، ضیق النفس یعنی دمہ، تپ دق کی کھانسی، بخار، بھوک نہ لگنا، غذا سے نفرت، پیٹ کا اپھارہ اور بدہضمی میں یہ چورن عجیب اثر رکھتا ہے۔

ترپھلا چورن

اجزاء:۔ چھلکا ہرڑ کابلی، چھلکا بہیڑہ، آملہ (گٹھلی خارج کردہ)
تینوں کا علیحدہ علیحدہ سفوف بنا کر برابر برابر وزن کرکے باہم ملالیں۔

خوراک:۔ ۳ تا ۶ ماشہ گرم دودھ، گرم پانی یا شہد کے ہمراہ۔

فوائد:۔ آیورویدگرنتھوں میں ترپھلا کے بہت سے اوصاف لکھے ہیں

مہرشی چرک نے چرک سنگھتا نامی گرنتھ میں ترپھلا چورن کی عظمت کو واضح کیا ہے جس کا ذکر کرنا طویل ہے۔ ترپھلا رسائن ہے۔ جگر کے فعل کو طاقت دیکر خوراک کو جزوِ بدن بناتا ہے۔ خون پیدا کرتا ہے، قبض کشا ہے۔ پاخانہ نرم و صاف لاتا ہے۔ ہاضمہ کو بڑھا کر بھوک خوب لگاتا ہے۔ بواسیر، دائمی سر درد، آنکھوں کی کمزوری اور آنکھوں کی کئی بیماریوں کو دور کرتا ہے۔ اس کا متواتر استعمال بڑھاپے کے اثرات کو زائل کر کے چہرے پر رونق پیدا کرتا ہے، چہرے کی جھریوں کو دور کرتا اور قوت یادداشت عمر اور ذہانت کو بڑھاتا ہے۔ نظر کو تیز کرتا ہے۔ بال کالے اور خون کو صاف کرتا ہے۔

ترپھلا ماں کے دودھ کی طرح بے ضرر ہے حتیٰ کہ حاملہ عورتوں کو بھی بلا خوف دیا جا سکتا ہے۔ تا زندگی استعمال کرنے سے جسم کا کایا کلپ (اعادہ شباب) ہو جاتا ہے۔

سُدرشن چورن (شارنگدھر)

اجزاء:- ہرڑ، بہیڑہ، آملہ، ہلدی، کٹائی کلاں، کٹائی خورد، تگر، سونٹھ، مگھاں، کچور، پیلا مول، گلو، دھمانسہ، کٹکی، شاہترہ، ناگرموتھا، اندرجو، ترایمان، نیتر بالا، پوست نیم، پوکھر مول، کوڑ کی چھال، اجوائن، بھرنگی، ملیٹھی، تخم سہانجنا، پھٹکڑی، ورچ، دارچینی، پدماکھ، خس، چندن، اتیس، بابرنگ، کھرینٹی کی جڑ، شالپرنی، پرشٹ پرنی، چترک، برادہ دیودار، پٹول پتر، چوبہ جیوک، رشبک، لونگ، بنسلوچن، نیلوفر، کاکولی، پترج، تیز پات، اور

جاوتری - ہر ایک ایک تولہ - چرائیتہ ۲۷ تولہ - ان سب کو علیحدہ علیحدہ کوٹ کر باریک سفوف بنالیں - پھر باہم ملالیں -

خوراک :- ۱ ماشہ تا ۴ ماشہ ہمراہ پانی دن میں دو بار -

فوائد :- بخار ہر قسم بالخصوص ملیریا کے لئے از حد مفید ہے - بخار کے حملہ سے دو گھنٹہ پہلے سدرشن چورن کی ایک خوراک دینے سے فائدہ ہو - ملیریا کے علاوہ تب نوبتی میں بھی اثر دکھاتا ہے - ملیریا بخار سے جو تلی بڑھ جاتی ہے - اس چورن سے تلی اپنی صحیح حالت پر قائم رہتی ہے - علاوہ ازیں یہ جگر کے فعل کو درست کرتا ہے - نیز کھانسی، دمہ، درد پیٹ یا درد پہلو (ذات الجنب)، باؤ گولہ، پیٹ میں ہوا کے باعث درد میں بھی یہ بہت فائدہ کرتا ہے - اور ملیریا کے موسم میں اس کا استعمال موسمی بخار سے محفوظ رکھتا ہے - چونکہ یہ چورن کڑوا ہوتا ہے لہذا ہم نے اس کے جوشاندہ سے عصارہ بنا کر گولیاں تیار کی ہیں جن سے مریض کڑواہٹ محسوس نہیں کرتا - ۴ رتی کی گولی ۶ ماشہ سفوف کے برابر ہے -

ستاوری چورن (شارنگدھر)

اجزاء :- ستاور، گوکھرو، تخم کونچ، چھال گنگیرن، بیج کنگھی تالمکھانہ برابر وزن لے کر سفوف بنالیں -

خوراک :- ایک تولہ تا ۲ تولہ نصف سیر گرم دودھ میں اوٹائیں - جب کھیر کی طرح بن جائے تو مصری ملا کر کھلائیں -

فوائد :- پتلے ویرج کو گاڑھا کرتا ہے - احتلام، سرعت انزال

اور جریان کو مٹاتا ہے۔ قوتِ مردانہ پیدا کرتا ہے۔ مردوں کے لئے تحفۂ نایاب ہے۔ اس کا باقاعدہ ایک ماہ استعمال کرنے سے طبعی امساک بھی پیدا ہو جاتا ہے۔

سارسوت چُورن

اجزا:۔ کُٹھ تلخ۔ اسگندھ ناگوری، نمک سیندھا، زیرہ سیاہ، زیرہ سفید، مگھاں، اجمود، مرچ سیاہ، سونٹھ، پاڑھا، شنکھ پُشپی، ایک ایک تولہ۔ بچ ۱۱ تولہ۔ جملہ ادویہ کا سفوف بنا کر کھرل میں رس برہمی بوٹی یا برہمی کا کاڑھا جو دستیاب ہو سکے، کی تین بھاونا دیں۔

خوراک:۔ ۳ ماشہ تا ۶ ماشہ صبح و شام۔ دو تولہ شہد اور ایک تولہ گھی میں ملا کر چٹائیں یا گرم دودھ کے ساتھ بھی دے سکتے ہیں۔

فوائد:۔ یہ عقل اور یادداشت کو بڑھاتا اور دماغی بیماریوں کے لئے نعمت ہے۔ وکیلوں، ڈاکٹروں، حکیموں، طالب علموں اور دماغی کام کرنے والوں کی دماغی تکان اور کمزوری دُور کر کے دماغی طاقت بڑھاتا ہے۔ اس کے موجد بھگوان برہما جی نے کم عقل اور کند ذہن لوگوں کے لئے ہی اسے تیار کیا تھا۔

سوادِشٹ چُورن

اجزاء:۔ سونٹھ، مگھاں، لونگ، دارچینی۔ دو دو تولہ، دھنیا، عقرقرحا، چھال جڑ چیترا، مرچ سیاہ، چار چار تولہ، زیرہ سیاہ، نمک سیاہ، نمک سیندھا آٹھ آٹھ تولہ۔ زیرہ سفید بریاں ۱۲ تولہ، انار دانہ

۱۲ چھٹانک - سب کو علیحدہ علیحدہ کوٹ کر ملالیں۔

خوراک :- ایک تا ۲ ماشہ حسب ضرورت۔

نوٹ :- انار دانہ کے علاوہ باقی ادویات کا سفوف بنا کر اور انار دانہ کو پانی میں بھگو کر اس کے لعاب میں سفوف ملا کر گولیاں بھی بنا سکتے ہیں۔

فوائد :- ذائقہ دار ہے۔ لعاب دہن میں اضافہ کرتا اور خوب بھوک لگاتا ہے۔ بدہضمی، خوراک سے نفرت، کمزوری ہاضمہ، قے، متلی، اپھارہ، پیٹ درد، سر درد اور بے چینی میں مفید ہے۔

سوادِشٹ ویرچن چورن

اجزاء :- گندھک شدھ، ملٹھی، سولف ۵-۵ تولہ - کھانڈ ۲۰ تولہ، سناء کی پتی ۱۵ تولہ - سب کا سفوف بنا کر ملالیں۔

خوراک :- ۳ تا ۶ ماشہ ہمراہ نیم گرم پانی، رات کو سوتے وقت۔

فوائد :- خوش ذائقہ اور قبض کشا ہے۔ پیٹ کی غلاظت اور گڑبڑ کو دور کر کے پاخانہ بافراغت لاتا ہے۔ خون سے زہریلا مادہ رفع کر کے پھوڑے پھنسیوں کا نکلنا اور ایگزیما کو دور کرتا ہے۔ ہاضم ہے اور چہرے کی رنگت کو نکھارتا ہے۔ خون صاف کرتا ہے۔

سمندر آدی چورن

اجزاء :- سمندر نمک، سونچل نمک، سیندھا نمک، اجوائن دیسی، جوکھار، اجمود، مگھاں، چھال جڑ چترا، سونٹھ، ہینگ بریاں، نمک وڑ

سب برابر وزن - حسب معمول چورن بنالیں۔

خوراک :- ایک ماشہ تا ۳ ماشہ ہمراہ گرم پانی یا عرق سونف۔

فوائد :- ریح کی زیادتی سے پیٹ میں درد، اپھارہ (نفخ) گڑگڑاہٹ وغیرہ کی بیخ کنی کرتا ہے۔ نیز بواسیر اور سنگرہنی کے لئے بے حد مفید ہے۔

ستوپلادی چورن (چکروت)

اجزاء :- مصری ۱۶ تولہ، بنسلوچن ۸ تولہ، پیپلی ۴ تولہ، دانہ الائچی خورد ۲ تولہ، دارچینی ۱ تولہ۔ سب کو باریک پیسکر کپڑ چھان کرلیں۔

خوراک :- ۲ تا ۴ ماشہ۔ چوتھائی حصہ بادام روغن یا روغن زرد۔

فوائد :- تپ دق، پرانی کھانسی، بخار ہر قسم، دمہ، امراض گلو، ضعف ہاضمہ، اور ضعفِ جسمانی کو دور کرتا ہے۔ بلغمی بخاروں میں یہ چورن بڑا خوشگوار اثر دکھاتا ہے۔ انفلوئنزا اور نمونیہ میں بلغم کو خارج کرکے تسکین دیتا ہے۔ آیورویدگرنتھوں کا قابلِ تعریف نسخہ ہے۔

جاتی پھل آدی چورن

اجزاء :- جائفل۔ لونگ، الائچی خورد، تیزپات، دارچینی، آملہ (گٹھلی خارج کردہ)، ناگ کیسر، مشک کافور، سفید چندن، تالیس پتر، طباشیر، تل دھوئے ہوئے، تگر، مگھاں، چھلکا ہرڑ زرد، کلونجی، چھال جڑ چترک، سونٹھ، بابڑنگ، مرچ سیاہ۔ سب برابر وزن۔

ترکیب :- ہر ایک کا علیحدہ علیحدہ سفوف بنا کر ملا لیں اور اس کے برابر سفوف برگ بھنگ ملائیں، پھر تمام کے برابر مصری کوزہ باریک کر کے ملا دیں۔

خوراک :- ایک ماشہ تا ۳ ماشہ ہمراہ شربت انار، چھاچھ یا شہد دن میں تین چار بار دیں۔

فوائد :- یہ چورن خاص طور پر سنگرہنی کو دور کرنے میں بے مثل ہے۔ ہاضمہ کی کمزوری کو دور کر کے آنتوں کو طاقت دیتا ہے۔ اور پاخانہ باندھ کر لاتا ہے۔ کھانسی، دمہ، غذا سے نفرت، ریح اور بلغم کے امراض کو مفید ہے۔

چندن آدی چورن

اجزاء :- چندن سفید، جٹا مانسی، لودھ پٹھانی، خس، کھانڈ، کنول کیسر، ناگ کیسر، بیلگری، ناگر موتھا، مشک بالا، پاٹھا، کڑا چھال، سونٹھ، اندر جو، اتیس، گل دھاوا، رسونت، آم کی گٹھلی کی گری، موچرس، جامن کی گٹھلی کی گری، نیلوفر، مجیٹھ، الائچی خورد، انار دانہ۔ برابر وزن۔

سب کا سفوف بنا کر ملا لیں

خوراک :- ۲-۴ ماشہ صبح و شام ہمراہ شربت انجبار۔

فوائد :- رکت پردر (کثرت الطمث)، لیکوریا (سیلان الرحم) دستوں کے ساتھ خون آنا۔ خونی بواسیر، رکت پت (سیلانِ خون)۔ نکسیر اور جسم کے کسی حصہ سے خون جاری ہوتا ہو تو یہ چورن بے حد فائدہ کرتا ہے۔

چوب چینی آدی چورن

اجزا:- چوب چینی ۲۰ تولہ، کھانڈ ۵ تولہ، مگھاں، پیلا مول، مرچ سیاہ، لونگ، عقرقرحا، تالمکھانا، سونٹھ، بابڑنگ، دار چینی۔ برابر وزن۔ سب کا علیحدہ علیحدہ سفوف بنا کر ملا لیں

خوراک:- ۶ ماشہ تا ۱ تولہ۔ برہت منجشٹ آدی کواتھ یا گائے کے گھی میں تھوڑا سا شہد ملا کر دیں۔

فوائد:- یہ چورن پانچوں قسم کے اپدنش (آتشک) زخم، ریحائی امراض اور کوڑھ کے لئے اکسیر ہے۔ خون کے اندر زہریلا مادہ پیدا ہونے سے خنازیر (ہجیراں)، پھوڑے پھنسی، خارش وغیرہ کے لئے بہت مفید ہے۔ گندے خون کو صاف کر کے چہرہ کی رنگت نکھارتا ہے۔

داڑماشٹک چورن (شارنگدھر)

اجزا:- انار دانہ ۸ تولہ، مرچ سیاہ، مگھاں، سونٹھ ۴-۴ تولہ۔ دار چینی، دانہ الائچی خورد، تیز پات ۱۶-۱۶ ماشہ، کھانڈ ۳۲ تولہ سفوف بنا کر ملائیں۔

خوراک:- حسب ضرورت۔

فوائد:- خوراک میں رغبت پیدا کرتا ہے۔ گلے کے امراض، کھانسی اور بخار کو فائدہ مند ہے، قابض اور ہاضم ہے، دستوں کو روکتا ہے قے و متلی کو دور کرتا ہے، بھوک لگاتا ہے۔ حاملہ عورتوں کی قے و متلی میں

مفید ہے۔

دشن سنسکار چورن (دانت منجن)

اجزاء:۔ سونٹھ، ہرڑ، ناگر موتھا، مشک کافور، مرچ سیاہ، لونگ، دارچینی، سپاری سوختہ (کاٹھی سپاری جلی ہوئی)۔ برابر وزن باریک سفوف بنا کر اس کے برابر کھڑیا مٹی ملا دیں۔

فوائد:۔ دانتوں کا میلا، زرد، کمزور ہونا اور ہلنا، دانتوں کا درد، مسوڑھوں کا پھولنا، دانتوں سے خون آنا اور بدبو کا ہونا وغیرہ کو بند کرتا اور خوشبو پیدا کرتا ہے۔

کالک چورن

اجزاء:۔ گھریلو دھوئیں کا جالا، جوکھار، پاڑھا، مرچ سیاہ۔ سونٹھ، مگھاں، رسونت، تمبرو، لودھ پٹھانی، چھال جڑ چرا، چھلکا بہیڑہ چھلکا ہرڑ زرد۔ آملہ بغیر گھٹلی۔ برابر برابر، علیحدہ علیحدہ سفوف بنا کر ملائیں۔

استعمال:۔ شہد میں ملا کر چھالوں پر لگائیں۔ گرم پانی میں گھول کر غرارے بھی کریں۔

فوائد:۔ زبان کے چھالوں۔ ٹانسلز (گلے کی گانٹھوں) کے بڑھ جانے کے لیے بہت مفید ہے۔ شہد میں ملا کر روئی کے پھریرے سے لگائیں۔ دانتوں کے جملہ عوارض میں بطور منجن استعمال کریں

کرشنا آدی چورن

اجزا :- نگھاں، اتیس، ناگر موتھا - کاکڑا سنگی - برابر وزن - سب کو کوٹ کر سفوف بنالیں -

خوراک :- کم عمر بچوں کو ۲ رتی ماں کے دودھ یا شہد کے ساتھ دیں - عمر کے مطابق خوراک ایک دو ماشہ تک بڑھالیں -

فوائد :- بچوں کے لیئے نعمت ہے - بچوں کے ہرے پیلے دست، بدہضمی، کھانسی، دودھ گرانا، بخار، معدہ کی کمزوری وغیرہ کے لیئے اکسیر ہے - بچے دانت آسانی سے نکال لیتے ہیں - مسلسل استعمال کرانے سے بچے بیماریوں سے محفوظ رہ کر ہمیشہ تندرست اور توانا نظر آتے ہیں -

گنگا دھر چورن

اجزا :- ناگر موتھا - اندر جو، بیلگری، لودھ پٹھانی، موچرس، گل دھاوا - سب برابر وزن - سفوف بنا کر ملالیں -

خوراک :- ۲ ماشہ، چاولوں کے پانی سے، دن میں تین بار - کم عمر بچوں کو ۲ رتی تا ۴ رتی ہمراہ عرق سونف دیں -

فوائد :- دستوں کو روکتا ہے - پیچش ہٹاتا ہے - سخت قابض ہے -

لون بھاسکر چورن (شارنگدھر)

اجزاء :- نمک سانبھر ۸ تولہ، انار دانہ ۴ تولہ۔ نمک سونچل ۵ تولہ
نمک وِڑ، نمک سیندھا، پیپلا مُول، زیرہ سیاہ، پپلی، تیزپات، اٹل بید
ناگ کیسر ہر ایک، ۲ تولہ، مرچ سیاہ، سونٹھ، زیرہ سفید ہر ایک تولہ۔
دار چینی، الائچی خورد نصف نصف تولہ۔ تمام ادویات کا سفوف بنا کر سات
روز تک رس لیموں میں تر و خشک کر کے محفوظ رکھیں۔

خوراک :- ایک ماشہ تا ۴ ماشہ ہمراہ گرم پانی یا عرق سونف۔

فوائد :- ہاضم و مُشتہی ہے۔ بادِ گولہ، بواسیر، طحال، سنگرہنی،
بدہضمی، قبض اور درد پیٹ کے لئے نافع ہے۔ معدہ اور آنتوں کی
ہوا کو خارج کرتا ہے۔ خوراک کو جلد ہضم کرتا ہے۔ اور پیٹ کی تمام
بیماریوں کے لئے مفید ہے۔

مُوصلی چورن (شارنگدھر)

اجزاء :- مُوصلی سفید، ست گلو، تخم کونچ، گوکھرو، موصلی سنبھل،
آملہ۔ برابر وزن کا سفوف بنا کر اس کے برابر مصری کُوزہ ملائیں۔

خوراک :- ۶ ماشہ تا ا تولہ ہمراہ دُودھ گائے۔

فوائد :- دیرج کو شہد کی مانند گاڑھا کرتا ہے، احتلام، جریان،
سرعت انزال، مردانہ کمزوری اور ویرج کی کمی کو دور کر کے ویرج بکثرت

پیدا کرتا ہے۔ لیکوریا (سیلان الرحم) میں بھی دیا جاتا ہے۔

عقر قرحا آدی چُورن

اجزاء:۔ عقر قرحا، سونٹھ، سرد چینی، کیسر کشمیری۔ مگھاں، جائفل، لونگ، چندن سفید ایک ایک تولہ، افیون ۴ تولہ۔ سب کا باریک سفوف بنالیں

خوراک:۔ ایک رتی ہمراہ دودھ، امساک کے لیے ۲ رتی شہد میں چٹاویں۔

فوائد:۔ یہ سفوف امساک پیدا کرتا ہے، سرعت انزال کو جڑ سے اکھیڑتا ہے اور عین وقت پر شرمندگی سے بچا کر لذت و سرور میں اضافہ کرتا ہے۔ باہ کو حرکت دے کر انتشار پیدا کرتا ہے۔ عضو مردانہ میں تحریک پیدا کرتا ہے۔

نمب آدی چُورن

اجزاء:۔ سفوف برگِ نیم ۱۰ تولہ۔ اجوائن ۵ تولہ۔ جو کھار ۲ تولہ۔ چھلکا ہرڑ زرد، بہیڑہ، آملہ، سونٹھ، مرچ سیاہ، مگھاں، وِڑ نمک، سونچل نمک، سیندھا نمک ایک ایک تولہ۔ سب کو پیس کر یکجان کرلیں

خوراک:۔ ۳ ماشہ ہمراہ نیم گرم پانی۔ دن میں تین بار دیں

فوائد:۔ تینوں اخلاط سے پیدا ہونے والے بخار، دھاتو میں پہنچا ہوا بخار، باری کا بخار، ملیریا اور دوسرے بخاروں کے لئے زود اثر سفوف ہے۔ بطور حفظِ ماتقدم ملیریا کے ایام میں استعمال کرنے سے ملیریا بخار کے حملہ کا خطرہ نہیں رہتا۔ چڑھے ہوئے بخار میں دیئے

سے بخار اُتر جاتا ہے، پُرانے ملیریا بخار میں بھی کار گر ہے۔ یہ سفوف دینے سے پہلے مریض کا پیٹ صاف کرا دینا چاہیئے۔ اس کے لئے پنچ سم چورن یا اِچھیا بھیدی رس مفید اور مؤثر ہے۔

نارا چ چورن

اجزاء:۔ مگھاں ۱ تولہ، نسوت، کھانڈ ۴-۴ تولہ سفوف بنالیں۔

خوراک:۔ ۵ ماشہ تا ۱ تولہ۔ ہمراہ گرم پانی۔

فوائد:۔ قبض، پیٹ درد، اپھارہ، کف سے پیدا ہونے والی بیماریوں میں مفید ہے، انتڑیوں کی غلاظت دُور کرتا ہے۔ ہوا اور بلغم کو خارج کر کے طبیعت صاف کر دیتا ہے۔

ورہت گنگا دھر چورن (شارنگدھر)

اجزاء:۔ ناگر موتھا، شونا ک، سونٹھ، گُل دھاوا، لودھ پٹھانی اسگندھ بالا، بلگری، موچرس، پاٹھا، اِندر جَو، کوڑسک، مغز تخم آم، اتیس، لاجونتی۔ برابر وزن لے کر سفوف بنالیں۔

خوراک:۔ ۲ تا ۴ ماشہ، ہمراہ چائے یا چاولوں کا دھوون۔

فوائد:۔ ہر قسم کے دست، مروڑ، سنگرہنی کے لئے لاثانی ہے۔ بچوں کے دست، مروڑ وغیرہ میں بھی مفید ہے۔

ہنگوادی چورن (شارنگدھر)

اجزاء:- ہینگ بریاں، پاڑھا، ہرڑ، دھنیا، انار دانہ، کچور، چترک کی جڑ کی چھال، اجمود، سونٹھ، مرچ سیاہ، مگھاں، جنگلی اجوائن، ہاؤبیر، امل بید، زیرہ سیاہ- تازہ املی کا گودا، پوکھر مول، بچ (وچ)، چویہ، جوکھار، سجی کھار، نمک سینڈھا، نمک سیاہ، وڑ نمک، سانبھر نمک، سمندری نمک- سب ادویہ برابر وزن کا سفوف بنالیں۔

خوراک:- ۳ تا ۶ ماشہ ہمراہ گرم پانی، لسی یا پرانی برانڈی۔

فوائد:- غذا ہضم نہ ہوتی ہو، ڈکار آتے ہوں یا اپھارے کی شکایت ہو تب یہ چورن استعمال کیا جاتا ہے- یہ دستوں کو روکتا ہے باؤگولہ کو دور کرتا ہے اور پیٹ سے ہوا کو خارج کرتا ہے نیز ہر قسم کے دردِ شکم، قبض، بدہضمی، یرقان، ہچکی، جگر کی سستی و کمزوری اور جگر کا بڑھنا وغیرہ کے لئے زود اثر ہے۔

ہنگواشٹک چورن (اشٹانگ ہردے)

اجزاء:- سونٹھ، مرچ سیاہ، مگھاں، اجوائن دیسی، زیرہ سفید نمک سینڈھا، زیرہ سیاہ، ہینگ بریاں- یہ سب برابر برابر کوٹ کر چھان لیں۔

خوراک:- ۲ تا ۴ ماشہ ہمراہ گرم پانی یا عرق سونف۔

فوائد:- یہ چورن بدہضمی، ضعفِ معدہ، ہیضہ، اسہال، اپھارہ ریح کا درد، باؤ گولہ اور سنگرہنی کو دور کرتا ہے۔ قوتِ ہاضمہ کو بڑھاتا ہے۔ اشتہا (بھوک) پیدا کرتا ہے۔ حرارتِ معدہ کو تیز کرتا ہے۔ غذا کو جلد ہضم کر کے جزوِ خون بناتا ہے۔

جب کھانا ہضم نہ ہوتا ہو، تب یہ چورن بڑا فائدہ کرتا ہے

ہسٹیریا ناشک چورن

اجزاء:- ہینگ بریاں، ورچ، جٹامانسی - ۲-۲ تولہ، کُٹھ، نمک سیاہ ۴-۴ تولہ، بابڑنگ ۱۶ تولہ۔ سب کو کوٹ کر سفوف بنالیں۔

خوراک:- ایک تا تین ماشہ ہمراہ نیم گرم پانی دن میں تین بار۔

فوائد:- یہ چورن متواتر ۲ ماہ استعمال کرانے سے ہسٹیریا دور ہو جاتا ہے۔ پیٹ میں ہوا کا رہنا، آنتوں میں کیڑے ہونا، نیند غائب ہونا وغیرہ شکایتیں بھی دور ہو جاتی ہیں۔ چورن میں ہینگ کی وجہ سے ہسٹیریا اور دماغی توازن برقرار نہ رہنے سے پیدا ہونے امراض مرگی وغیرہ میں بھی مفید ہے۔ رحم کے نقائص کی وجہ سے ہونے والے ہسٹیریا (اختناق الرحم) اور مرگی کے لئے زود اثر دوا ہے۔

ورچ اور جٹامانسی ریح کو خارج کرتی ہیں نیز دماغ کو تسکین دیتی ہے، اسی وجہ سے بیمار کی بے چینی اور بے خوابی دور کر کے نیند لاتی ہے۔ کُٹھ معدہ کے نقائص دور کر کے دماغی دورے کو دور کرتی ہے۔

کواتھ (جوشاندے)

کواتھ بنانے کا عام طریقہ

جن ادویات کا کاڑھا بنانا مطلوب ہو اُن کو جَو کوب کرکے سولہ گُنا پانی میں مٹی یا قلعی شدہ برتن میں ڈال کر نرم آنچ پر پکائیں۔ جب پانی چوتھا حصّہ باقی رہ جائے تو کپڑ چھان کرکے نیم گرم پلائیں۔
اگر چینی ملانی ہو تو سولھواں حصّہ، شہد ملانا ہو تو آٹھواں حصّہ ڈالیں

ابھیادی کواتھ

اجزاء:- چھلکا ہرڑ زرد۔ ناگر موتھا۔ دھنیا، چندن سُرخ۔ پدماکھ، اڑوسہ، اِندر جَو، خس، گلو، گُودا اِملتاس، پاٹھا، سونٹھ، کٹکی۔ سب برابر وزن۔ جَو کوب کرکے حسب معمول کاڑھا بنالیں۔

خوراک:- نصف تا ۲ تولہ

فوائد:- تین دوشوں (خلطوں) سے بگڑے بخار، پیاس کی زیادتی، جلن، کھانسی اور دمہ کو دُور کرتا ہے۔ قبض کشا اور پیشاب آور ہے، بھوک لگاتا ہے۔ انتڑیوں سے غلیظ مادہ خارج کرکے پیٹ کو نرم کرتا ہے، پاخانہ صاف لاتا ہے۔ پُرانے بخاروں میں نافع ہے

آرگودھ آدی کواتھ

اجزاء:- گودا املتاس۔ کوڑ۔ تربدی، ہرڑ کلاں، مویز منقی،
گل سرخ، سناء۔ ۲-۲ تولہ

خوراک:- ۲ تا ۲½ تولہ

فوائد:- ملین و مخرج بلغم ہے، سینہ کی کھرکھری، دائمی قبض، کھانسی اور بلغمی امراض کے لئے منفعت بخش ہے۔ جگر کے فعل کو درست کر کے صفرا کو خارج کرتا ہے۔

آیورویدک دیسی چائے

اجزاء:- برگ تلسی، صندل سرخ۔ ۸-۸ تولہ۔ برہمی بوٹی، سونف، ملٹھی، بنفشہ، کترن ۴-۴ تولہ، الائچی کلاں، مشک بالا۔ ۲-۲ تولہ، دارچینی، مگھاں، ناگر موتھا، لونگ ایک ایک تولہ۔

سب ادویہ کو جو کوب کر کے بطور چائے پانی میں جوش دیکر دودھ اور کھانڈ ملاکر استعمال کریں۔

فوائد:- گلے کی خرابی مثلاً سوزش و خرخراہٹ سے پیدا شدہ کھانسی، نزلہ زکام، زیادتی بلغم، سر کا بھاری پن، قبض، اعضاء شکنی اور انفلوئنزا میں بے حد مفید ہے۔

پتھیہ آدی کواتھ

اجزاء :- چھلکا ہرڑ زرد ، بہیڑہ ، آملہ ، چرائیتہ ، ہلدی ، گلو ، نیم کا چھلکا - برابر وزن لے کر جو کوب کرلیں۔

خوراک :- ایک تولہ کا جوشاندہ بنا کر پئیں۔

فوائد :- سر درد ، ابرو درد ، درد کنپٹی ، درد کان ، درد شقیقہ یعنی آدھے سر کا درد ، دانت درد اور آنکھوں کا درد نیز شبکوری یعنی اندھراتا اور بھولا کے لئے مفید ہے ۔ گلے سے اوپر کے تمام امراض بالخصوص سر درد کے لئے تو اسپرین اسپرو وغیرہ سفید زہروں سے ہزار درجہ بہتر ہے - پرانے سے پرانے سر درد کو آناً فاناً دور کرتا ہے۔

چتر بھدر کواتھ

اجزاء :- گلو ، اتیس ، سونٹھ ، ناگرموتھا برابر وزن کوٹ لیں۔

خوراک :- ۲ تولہ تا ۴ تولہ کا جوشاندہ بنا کر۔

فوائد :- قابض ہے - بچوں کے اسہال ، قے ، ضعف ہضم ، بخار اور دردِ شکم میں فائدہ کرتا ہے۔

داروبہ آدی کواتھ

اجزاء :- چھلکا ہلدی ، رسونت شدھ ، کھلانوہ شدھ ، اڑوسہ بیلگری ، ناگرموتھا ، چرائیتہ - ان کو جو کوب کر رکھیں۔

خوراک:- ۱ تولہ کا جوشاندہ بنا کر ٹھنڈا کر کے دیں
فوائد:- رکت پردر (زیادتی حیض) کے لئے اکسیر ہے، سر درد، غذا سے نفرت، سستی، بے چینی، بدن ٹوٹنا، تھکاوٹ اور درد رحم کے لئے فائدہ مند ہے۔

دشمول کواتھ

اجزاء:- پوست بل، پوست کمبھاری، پاڈھل، شوناک، کنڈیاری خورد و کلاں، گوکھرو، ارنی، شالپرنی، پرشٹ پرنی۔ سب برابر وزن جوکوب کر لیں۔
خوراک:- ۲ تا ۴ تولہ کا جوشاندہ بنا کر دیں۔
فوائد: مشہور کواتھ ہے۔ بالعموم بطور انوپان دوسری دواؤں کے ساتھ استعمال ہوتا ہے۔ امراضِ ریح میں فائدہ کرتا ہے، وضع حمل کے بعد رحم کو طبعی حالت پر لاتا ہے، رحم، معدہ اور انتڑیوں سے وائیو کو باہر نکالتا ہے۔ گنٹھیا (جوڑوں کا درد)، رعشہ، ادھرنگ، اور لقوہ وغیرہ میں دیا جاتا ہے۔

دیودارو کواتھ

اجزاء:- دیودار، وچ، کٹھ، مگھاں، سونٹھ، کاپھل، چرائتہ، ناگرموتھا، کٹکی، دھنیا، ہرڑ، دھمانسہ، کورنج کی جڑ، گج پیپل، گوکھرو، کنٹھری کلاں، اتیس، گلو، کاکڑا سنگی، زیرہ سیاہ۔ جملہ برابر برابر کوٹ لیں۔

خوراک :- ۲ تا ۴ تولہ کا جوشاندہ بنا کر دیں۔
فوائد :- وضع حمل کے بعد پلانے سے پرسوتی بخار، رعشہ، دمہ اور غشی کو دُور کرتا ہے اور موادِ فاسد کو باہر نکالتا ہے۔

راسنا سپتک کواتھ

اجزاء :- راسنا، گوکھرو، جڑ ارنڈ، گُودا املتاس، گلو، اِٹ سِٹ- دیودار- برابر وزن - جَو کوب کریں۔
خوراک :- ۲ تولہ تا ۴ تولہ کا جوشاندہ بنا کر دیں۔
فوائد :- درد کمر، جوڑوں کا درد (گنٹھیا)، تشنج (اکڑاؤ)، اور ہر قسم کے درد کے لئے مفید ہے۔

مہا راسنا آدی کواتھ

اجزاء :- راسنا دو حصّہ، دھمانسہ، کھریٹی، جڑ ارنڈ، کچور، دیودار، ورچ، بانسہ، سونٹھ، ہرڑ، چَب، ناگر موتھا، اِٹ سِٹ، گلو، بدھارا، سونف، گوکھرو، اسگندھ، اتیس، گُودا املتاس، ستاور، مگھاں، دھنیا، پیا بانسہ، کنٹیاری خورد و کلاں - برابر وزن۔
خوراک :- ۲ تا ۴ تولہ کا جوشاندہ بنا کر دیں۔
فوائد :- ریگن، لقوہ، گنٹھیا، جسم میں کپکپی، رعشہ، ادھرنگ، فالج اور بانجھ پن کے لئے بہت مفید کواتھ ہے۔

ورہت منجشٹھا آدی کواتھ

اجزاء:۔ مجیٹھ، ناگرموتھا، کوڑساک گلو، کنٹڑیاری، سونٹھ، کٹھ، بھرنگی، وچ، نیم کی چھال، ہلدی، دار ہلدی، کٹکی، ہرڑ، بہیڑہ، آملہ، پٹول پتر، مورودا، بابڑنگ، وجے سار، اندر جو، چترک مول، ستاور، ترائمان، پیپل، برگ بانسہ، بھنگرہ، دیودار، پاٹھ، کھدر چھال، لال چندن، نسوت، چھال برنا، چرائیتہ، باچی، گودا املتاس، چھال سوہیرہ، چھال کرنجوہ، چھال بکائن، اتیس، تربالا، جبڑا اندرائن، دھمانسہ، اننت مول، پت پاپڑا جملہ برابر وزن جوکوب کریں

خوراک:۔ ایک تا ۲ تولہ کا جوشاندہ بنا کر پلائیں۔

فوائد:۔ اٹھارہ قسم کے کوڑھ، فسادِ خون، آتشک، فالج، اعضائے جسم کی بے حسی، داد کے لئے مفید ہے۔ نیز مصفیٔ خون بھی ہے۔

گھرت و تیل (روغنیات)

آیورویدیں گھرت و تیل کو مختلف ادویہ کے ہمراہ پکا کر قابلِ استعمال بنایا جاتا ہے۔ مطلوبہ دواؤں کے کاڑھوں کے ساتھ بعض ادویات کا کلک بنایا جاتا ہے۔ یہ طریقہ عام فہم اور قریباً ہر شخص جانتا ہے۔ آیوروید گرنتھوں میں اسے سنسکار گھرت یا تیل کہتے ہیں۔ سنسکار سے مُراد یہ ہے کہ کسی دُوسری شئے کی تاثیر و خواص کو اپنے اندر جذب کر لینا۔

اِس مقصد کے لئے گھی یا تیل کو مطلوبہ ادویہ کے ساتھ مُورچھن کر لیا جاتا ہے۔ گھی کو مُورچھن کرنے کا طریقہ یہ ہے کہ ایک سیر گھی میں ترپھلا، موتھا، ہلدی، رس لیموں چھٹانک چھٹانک لیکر انہیں چار سیر پانی میں پکا لیں، جب پانی جل جائے تب گھی اس قابل ہو جاتا ہے کہ وہ دُوسری جڑی بُوٹیوں کے مفید اثرات کو اپنے اندر شامل کر لے۔

تیل کو مُورچھن کرنے کا طریقہ یہ ہے کہ ایک سیر تیل کو کڑاہی میں ڈالیں۔ جب جھاگ بند ہو جائے تب مجیٹھ، ہلدی، لودھ، ہرڑ، بہیڑہ، آملہ، موتھ، اسگندھ بالا، چھول کیوڑہ، برگد کی کونپل، رتن جوت دو دو تولہ چار سیر پانی میں ملا کر پکائیں۔ پانی جل جانے پر تیل چھان لیں۔ یہ تیل مُورچھت ہو کر اپنے اندر وصف پیدا کر لیتا ہے کہ دُوسری دواؤں کے خواص و تاثیر کو قبول کر سکے۔

بھرنگراج تیل

اجزاء و ترکیب:- تلوں کا تیل ایک سیر، بھنگرے کا رس ۴ سیر۔ دونوں کو آگ پر رکھیں۔ جب رس جل جائے اور صرف تیل باقی رہ جائے۔ تب اس میں ۴ سیر پانی اور ایک پاؤ مندرجہ ذیل نغدہ ڈال کر تیل تیار کریں۔ نغدہ کے اجزاء یہ ہیں:-
منڈور، چھلکا ہرڑ، بہیڑا، آملہ۔ اننت مول۔ ۴۔۴ تولہ۔ سفوف بنالیں۔

فوائد:- بوقتِ ضرورت تیل کی مالش کریں۔ اس تیل کی سر پر مالش کرنے سے چھوٹی عمر میں بالوں کا سفید ہونا دور ہوتا ہے۔ بالوں کا گرنا، بالوں کی کمزوری، کھجلی اور گنج کے لئے عمدہ تیل ہے، بالوں کی جڑوں کو مضبوط بناتا ہے، لمبے اور سیاہ بال پیدا کرتا ہے، دماغی کمزوری تھکاوٹ اور سر درد کو دور کرتا ہے۔ سر کی خشکی رفع کرکے ٹھنڈک پہنچاتا ہے۔ آنکھوں کی روشنی بڑھاتا ہے۔ دماغی کام کرنے والوں کے لئے نہایت اعلیٰ تیل ہے۔

برہمی گھرت (چکردت)

اجزاء:- رس برہمی ۴ سیر، گھی گائے ایک سیر۔ ان میں بچ، کوٹ، ہشت، سنکھ پشپی ان تینوں کا کلک ایک پاؤ حسب معمول گھی بنا کر چھان لو۔

خوراک:۔ ۳ تا ۶ ماشہ ہمراہ دودھ یا بطور سبزی کھانے میں ڈال کر۔
فوائد:۔ جنون، دماغی کمزوری، نسیان (بھول کا مرض)، مرگی، کمئی یادداشت، ہسٹیریا، مراقی، مالیخولیا میں بے حد مفید ہے، ذہانت بڑھاتا ہے۔ یادداشت کی طاقت پیدا کرتا ہے۔ دماغی کام کرنیوالوں کے لئے عجیب لاثر ہے، دماغ تھکاوٹ محسوس نہیں کرتا۔
نوٹ:۔ گائے کا گھی بڑا لگ ڈالیں۔

پھل گھرت (شارنگدھر)

اجزاء:۔ ہرڑ، بہیڑہ، آملہ، ملٹھی، کٹھ، ہلدی، دارہلدی، کٹکی، بابڑنگ، موتھاں، پپلی، بیج اندرائن، کائپھل، ورچ، میدہ، مہامیدہ، کاکولی، کھیر کاکولی، ساردا، پرینگو، سونف، ہینگ، راسنا، طباشیر، گل چنبیلی، چندن سرخ، چندن سفید، نیلوفر، کھانڈ، اجمود، دنتی۔ ہر ایک ایک تولہ۔ گھی گائے ایک سیر (گھی اس گائے کا ہو جس کا ایک رنگ ہو اور بچھڑا زندہ ہو)۔ دودھ گائے ۴ سیر حسب معمول گھی تیار کریں۔
خوراک:۔ ایک چمچہ گرم دودھ میں ملا کر شام کو دیں۔
فوائد:۔ قوت باہ کو بڑھاتا ہے۔ رحم کو بے حد طاقت دیتا ہے۔ جس کی وجہ سے رحم کی پیچیدہ بیماریاں دور ہو جاتی ہیں۔ اور رحم میں استقرار حمل کی قوت آجاتی ہے۔ مرض اٹھراہ کو فائدہ کرتا ہے، بانجھ عورت کو بھی قابل اولاد بناتا ہے۔ اگر دوران حمل اسے استعمال کیا جائے، تو بچہ تندرست، طاقتور اور عقلمند پیدا ہوتا ہے۔

جیرک آدی گھرت

اجزاء و ترکیب:- گائے کا گھی ایک سیر، نقرہ زیرہ سفید ایک پاؤ۔ پانی ۴ سیر ——— حسب معمول گھی تیار کر کے اس میں آدھ پاؤ موم سفید پگھلا کر ڈالیں۔ پھر نیچے اُتار کر آدھ پاؤ رال کا سفوف ڈال کر یک جان کر لیں۔

فوائد:- آگ سے جلے ہوئے مقامات پر لگانے سے تکلیف دُور ہو کر تسکین دیتا ہے۔

ترپھلا گھرت (شارنگدھر)

اجزاء:- ہرڑ، بہیڑہ، آملہ، منقیٰ، پپلی، چندن، سیندھا نمک، کھرینٹی، کاکولی، کھشیر کاکولی، میدہ، مرچ، سونٹھ، کھانڈ، کنول گٹہ، ملٹھی، نیلوفر، اِٹ سٹ، ہلدی، دار ہلدی ہر ایک ۱ تولہ۔ گھی گاؤ ایک سیر۔ جوشاندہ ترپھلا، جوشاندۂ بھنگرہ، جوشاندہ بانسہ، دُودھ بکری ہر ایک ایک سیر۔ حسب معمول گھی تیار کر لیں۔

خوراک:- ایک چمچہ بھر گرم دُودھ یا سبزی وغیرہ میں ڈال کر۔

فوائد:- اس کے باقاعدہ استعمال سے امراضِ چشم مثلاً خارش، دھند، غبار، جالا، موتیا بند، رتوندھ، پانی جانا دُور ہو کر دماغ اور نظر کی کمزوری کو بہت فائدہ کرتا ہے۔ نسوار دینے سے امراضِ ناک رفع ہوتے ہیں۔ قبض کشا بھی ہے۔

کرنج تیل

اجزاء و ترکیب :- مغز تخم کرنجا، چھال بیج چترک، برگ جنبیلی کنیر سفید کا چھلکا ایک ایک سیر، ان کا سفوف بنا کر بذریعہ پانی نغدہ بنائیں اور تلوں کا تیل ایک سیر، پانی ۴ سیر کے ہمراہ اس نغدہ کو پکا کر تیل بنالیں۔

فوائد :- اس کی مالش سے سر کا گنج اور بالوں کا گرنا دُور ہوتا ہے سر، ڈاڑھی مونچھ وغیرہ کسی بھی جگہ بالچر یا گنج ہو اور سر کے بال بکثرت ہونے لگیں تو یہ تیل کم از کم چار ماہ تک لگانے سے سب عوارض دُور ہو جاتے ہیں۔ اس تیل کے لگانے سے دوبارہ بال پیدا ہوتے ہیں

گندھک آدی تیل

اجزاء و ترکیب :- گندھک، آملہ سار، ہلدی ۴-۴ تولہ دونوں کا کلک بنا کر تیل سرسوں اور رس برگ دھتورہ ۳۲-۳۲ تولہ ملا کر نرم نرم آنچ پر پکالیں۔

فوائد :- یہ تیل کان میں ڈالنے سے کان کا پرانا زخم، کان کا بہنا اور پیپ سب دُور ہو جاتے ہیں۔

لاکشادی تیل (شارنگدھر)

اجزاء و ترکیب :- کچی لاکھ کا دانہ، گائے کے دہی کا پانی

چار چار سیر، روغن کنجد ایک سیر، سونف، اسگندھ، برادہ دیودار، ہلدی، کٹنکی، ریٹھوکا، مُردا، کُٹھ، ملہٹی، چندن، موتھاں، راسنا۔ ہر ایک سوا سوا تولہ۔

اوّل لاکھ میں ۱۶ سیر پانی ملا کر کاڑھا بنائیں۔ جب پانی جل کر ۴ سیر باقی رہ جائے تب چھان کر تیل کو مُور چھن کر لیں۔ پھر باقی ادویہ کو بطور چٹنی پیس کر کاڑھا ملا کر نرم آنچ پر پکائیں اور تیار ہونے پر چھان لیں۔

استعمال:۔ اس تیل کی جسم پر مالش کی جاتی ہے۔

فوائد:۔ تپ دق، پرانا بخار، چھاتی میں سوزش، لمونیہ اعضاء کے پھڑکنے، خارش، مرگی اور انفلوئنزا کے سبب پھیپھڑوں کے کمزور ہونے پر مالش کرنے سے سب تکالیف رفع ہو جاتی ہیں۔ حاملہ عورت اگر اس تیل کی مالش اپنے پیٹ پر کرے تو حمل قائم رہے۔ سوکھا مسان میں جب بچے سُوکھ کر کمزور اور لاغر ہو جاتے ہیں اس تیل کی مالش اپنا اثر دکھاتی ہے۔

لِنگ تیل (طلا)

اجزاء و ترکیب:۔ کستوری ۷ رتی، مرچ سیاہ، جند بیدسُتر ہیرا ہینگ، بیر بہوٹی ۵-۵ ماشہ، کیسر کشمیری ایک ماشہ، مغز بنولہ ۷ ماشہ ـــــ سب کو کھرل کر کے روغن چنبیلی ۵ تولہ میں ملا لیں۔

فوائد:۔ یہ تیل مشت زنی یا لونڈے بازی کی وجہ سے پیدا

ہونے والی عضوی خرابیوں کو دُور کرتا ہے۔ مردانہ آلہ تناسل کی کمزوری، جھکاو، سستی اور پتلاپن کو دُور کرتا ہے۔

اس تیل کی مالش کر کے پان کا پتا باندھ دیں تاکہ باہر کی سرد ہوا نہ لگے۔ متواتر استعمال کرنے سے عضوِ مخصوص لوہے کی مانند سخت اور مضبوط بن جاتا ہے۔ سست اور مُردہ رگوں میں خون دوڑنے لگتا ہے۔

مرچ آدی تیل (شارنگدھر)

اجزاء:۔ مرچ سیاہ، ترُوی، چندن سُرخ، ہڑتال ورقیہ، ناگر موتھا، منسل، جٹا مانسی، ہلدی، دار ہلدی، دیودار، جڑ اندرائن، جڑ کنیر، کٹھ تلخ، دُودھ آک، رس گوبر گائے ہر ایک ۱ تولہ، میٹھا تیلیہ ۲ تولہ سب کا کلک بنائیں۔۔۔ تیل سرسوں ایک سیر، پیشاب گائے اور پانی ۲-۲ سیر۔ تیل تیار کریں۔

استعمال:۔ تیل کی جسم پر مالش کریں۔

فوائد:۔ خارش خشک سر اور بغل کی پھنسیاں، بھم، داد چنبل جذام اور تمام امراضِ جلد میں اثر کرتا ہے۔

نارائن تیل (شارنگدھر)

اجزاء:۔ اسگندھ، کھرینٹی، پوست بل، پاڈھل، اَتی بلا کٹائی خورد، کٹائی کلاں، گوکھرو، پوست درخت نیم، پوست درخت

شوناک، جڑاٹ سٹ، پرسارنی، ارنی ہر ایک آدھ سیر۔ ان تمام کو جَو کوب کر کے ڈیڑھ من پانی میں پکائیں۔ جب ۱۶ سیر پانی رہ جائے تب چھان لیں ——— روغن کنجد، دودھ گاؤ ۱۶-۱۶ سیر، جوشاندہ ستاور ۴ سیر، کٹھ، الائچی، چندن سفید، مروڑ پھلی، جٹا مانسی، دارچ، نمک سینڈھا، اسگندھ، کھرینٹی، راسنا، سونف، دیودار، شالپرنی، پرشٹ پرنی، ماش پرنی، مونگ پرنی، تگر ۸-۸ تولہ، تیل تیار کریں۔

استعمال:۔ نیم گرم کر کے مقام ماؤف پر باندھیں۔

فوائد:۔ لقوہ، فالج، رعشہ، گنٹھیا، جوڑوں کی سوجن، ریگن اوجاع ہر قسم، درد کمر اور درد سینہ دور ہوتے ہیں۔ ناک میں نسوار دینے سے درد شقیقہ کو آرام ہوتا ہے۔ خوردنی طور پر بھی کارآمد ہوتا ہے

ہنگو آدی تیل

اجزاء:۔ تیل سرسوں ایک سیر، پانی ۴ سیر، تخم تیج بل، سونٹھ ۷-۷ تولہ۔ تیل تیار کر لیں۔

فوائد:۔ اس تیل کی پانچ بوندیں نیم گرم کر کے کان میں ٹپکانے سے کان درد، بہرا پن اور کانوں کے دیگر امراض رفع ہو جاتے ہیں۔

سُرمہ جات و مرہم بنانا

پنتھیہ آدی انجن

اجزاء و ترکیب :- ہرڑ کی گٹھلی کا مغز ۳ تولہ، بہیڑہ کی گٹھلی کا مغز ۲ تولہ، آملہ کی گٹھلی کا مغز ۱ تولہ۔ تینوں کو باریک کر کے پانی میں ۶ گھنٹے تک کھرل کریں اور بتیاں بنالیں۔

فوائد :- اس بتی کو عرق گلاب یا سادہ پانی میں گھس کر آنکھوں میں لگانے سے آنکھوں کی سُرخی، جلن، پانی بہنا وغیرہ امراض دُور ہو جاتے ہیں۔

چُورن انجن

اجزاء و ترکیب :- مرچ سیاہ، نمک سیندھا ۲-۲ ماشہ مگھاں، سمندر جھاگ ۴-۴ ماشہ، سُرمہ سیاہ شدھ ۳ تولہ۔

تمام اشیاء کو کھرل کر کے سُرمہ بنالیں۔

استعمال :- رات کو سوتے وقت سلائی سے آنکھوں میں لگاؤ۔

فوائد :- یہ سرمہ آنکھوں کی بیماریوں، سُرخی، دُھند، جالا، غبار ناخونہ، پُرانی سُرخی اور ابتدائی موتیابند کے لئے اکسیر ہے اور جنہیں عام

چیزیں دھندلی دکھائی دیتی ہوں انہیں صاف دکھائی دینے لگتا ہے
اس کے ڈالنے سے آنکھوں سے پانی خوب نکلتا ہے۔

چندر اودیہ ورتی

اجزا و ترکیب:۔ چھلکا ہرڑ زرد، ورچ، کٹھ تلخ، مگھاں، مرچ سیاہ، بہیڑہ کی گٹھلی کا مغز، کشتہ شنکھ نابھی، منسل۔ برابر وزن۔
منسل کو دودھ بکری کے ساتھ کھرل کریں۔ پھر دوسرے کھرل میں مغز بہیڑہ کو دودھ بکری کے ہمراہ کھرل کرکے اسے منسل والے کھرل میں شامل کر دیں۔ پھر باقی ادویات کو باریک کھرل کرکے بھی ملا دیں اور دودھ بکری کے ساتھ اس قدر کھرل کریں کہ بتیاں بنانے کے قابل ہو جائے۔ اب اس کی جو کے برابر بتیاں بنا کر خشک کریں۔

استعمال:۔ رات کو سوتے وقت صاف سیپ کے اندر دو بوند عرق گلاب ڈال کر بتی چندن کی مانند گھسائیں اور سلائی کے ساتھ آنکھوں میں لگائیں۔

فوائد:۔ اس کے لگانے سے آنکھوں کی کھجلی، گوشت کا بڑھنا، موتیا بند، شب کوری (اندھراتا) اور پرانا پھولا بھی رفع ہو جاتا ہے۔
بظاہر یہ معمولی جان پڑتا ہے مگر قیمتی فوائد رکھتا ہے۔

شنکھ آدی نیترانجن

اجزاء و ترکیب:۔ شنکھ نابھی ۴ تولہ۔ منسل ۲ تولہ۔ مرچ سفید ۱ تولہ۔ نمک سیندھا ۶ ماشہ۔ سب کو سات روز تک خوب کھرل کرو

فوائد:۔ پھولا کے لئے لاجواب سرمہ ہے، آنکھوں میں میل آتا ہو تو شہد کے ساتھ لگائیں۔ آنکھ صاف رہے گی۔

مکتا آدی مہا انجن

اجزاء و ترکیب:۔ مروارید ناسفتہ، مشک کافور، نمک شیشہ اگر، مرچ سیاہ، مگھاں، ایلوا الک، سونٹھ، سرد چینی، نیلا تھوتھا، کشتہ سیسہ بذریعہ گندھک، کشتہ کانسی بذریعہ گندھک، کشتہ ابرک سیاہ، کشتہ تانبا بذریعہ گندھک، کشتہ پوست بیضہ مرغ بذریعہ لیموں، ہلدی، منسل، بہیڑہ کی گٹھلی کا مغز، کیسر کشمیری، چھلکا ہرڑ زرد، ملٹھی مقشر، لاجورد مغسول، گل چنبیلی، گل تلسی، مغز تخم کرنجوا، مغز تخم نیل، سرمہ سیاہ شدھ، ناگرموتھا، رسونت۔ برابر وزن

سب کو کھرل کر کے سرمہ بنالیں۔

استعمال:۔ دو سلائی رات کو سوتے وقت لگائیں۔

فوائد:۔ آیورویدگرنتھوں کا سرتاج سرمہ ہے جو آنکھوں کی جملہ بیماریوں دھند، جالا، غبار، پڑبال، ککرے، پھولا، کمزوریٔ نظر اور سرخی کو بہت جلد دور کرتا ہے۔ نگاہ کو بڑھاتا ہے اور آنکھوں کی حفاظت کرتا ہے۔

نین امرت انجن

اجزاء و ترکیب:۔ پارہ شدھ، سکہ (سیسہ) شدھ،

۵-۵ تولہ، سرمہ سیاہ شدھ ۱۰ تولہ - مشک کافور ۲ تولہ -

لوہے کی کڑاہی میں سکہ کو پگھلا کر اتاریں اور پارہ ڈال کر اچھے صاف کھرل میں الٹا دیں اور جلدی سے کھرل کرنا شروع کر دیں - اس طرح پارہ و سکہ سفیدی مائل سفوف بن جائے گا - اسے خوب کھرل کر کے سرمہ کا باریک سفوف شامل کریں اور کھرل کر کے آخر میں مشک کافور ملا کر عرق گلاب کے ساتھ کھرل کر لیں -

استعمال :- رات کو سوتے وقت ایک ایک سلائی آنکھوں میں لگاؤ -

فوائد :- آیورویدکا یہ مشہور سرمہ آنکھوں کے لئے نعمت ہے اس کے روزانہ استعمال سے آنکھوں کی مختلف بیماریاں کھجلی، پانی بہنا، ککرے دور ہو کر نظر بڑھاپے تک قائم رہتی ہے اور نظر کو بڑھاتا ہے -

سنا بوہر مرہم

اجزاء و ترکیب :- تلوں کا تیل ۵ تولہ - صابن دیسی ۳ تولہ - موم ۱ تولہ، نیلا تھوتھا ۳ ماشہ

پہلے تیل کو گرم کریں، جب جوش آنے لگے تب موم ڈال دیں، پھر صابن کا چورہ اور آخر میں نیلا تھوتھا ملا کر اتار لیں -

فوائد :- ناروا نکلنے پر اس مرہم کے باندھ دینے سے دوسرے روز ناروا نکلنا بند ہو جائے گا -

بھگندر ناشک مرہم

اجزاء و ترکیب :۔ رس کپور، سندھور، سیلکھڑی، مُردا سنگ، سفیدہ، کتھ سفید، کافور، چکنی سپاری کی راکھ ایک ایک تولہ، بیج ستیاناسی ۸ تولہ۔

ان سب کا باریک سفوف بنا کر ۶۴ تولہ گھی گائے (سَو بار دھویا ہُوا) میں حسب معمول مرہم بنا لیں۔

فوائد :۔ اس کے لگاتے رہنے سے بھگندر، کنٹھ مالا (ہجیرا)، آتشک، ناسور، بواسیر اور پھوڑے پھنسیاں رفع ہو جاتے ہیں۔

زخم کا سوراخ تنگ ہو تو مرہم کی بتی بنا کر بھر دیں۔

ارش ہر مرہم

اجزاء و ترکیب :۔ ہڑتال ورقیہ، کتھ سفید ۲-۲ تولہ۔ گھی گائے (سَو بار پانی میں دھویا ہُوا) ۸ تولہ میں مذکورہ بالا ادویہ کو باریک کر کے ملا دیں۔ مرہم تیار ہے۔

فوائد :۔ اس مرہم کے لگانے سے بواسیر کے مسّے خشک ہو کر گرنے لگتے ہیں اور بہتا ہُوا خون بھی بند ہو جاتا ہے۔

رال کا مرہم

اجزاء:- رال۔ کتھ سفید۔ تلوں کا تیل، پانی سادہ ہر ایک ۵-۵ تولہ۔ پھٹکڑی کا پھولا۔ نیلا تھوتھا۔ ہر ایک سوا سوا تولہ۔

ترکیب:- اوّل خشک دواؤں کو باریک پیس لیں۔ اور تیل و پانی کو باہم ملا کر اس میں ادویات کا سفوف شامل کریں اور ۵ منٹ کے لئے آگ پر رکھ کر ہلاتے رہیں۔ مرہم تیار ہو گا۔

فوائد:- اگر پھوڑا پھوٹا ہوا نہ ہو تو کپڑے پر مرہم لگا کر لگا دیں اور جب پھوڑا پھوٹ جائے تب کپڑے میں چھوٹا سا سوراخ کر کے مرہم لگا دیں۔ نئے اور پرانے زخموں کے لئے اعلیٰ مرہم ہے۔

اگنی دگدورن ہر مرہم

اجزاء و ترکیب:- رال ۴ تولہ، السی کا تیل ۴۰ تولے دونوں کو کڑاہی میں ڈال کر آگ پر پکائیں۔ پھر اتار فوراً ہی کپڑے میں چھان لیں۔ ٹھنڈا ہونے پر کانسی کی تھالی میں چونے کے پانی سے اکیس بار دھوئیں۔ چونے کا پانی اس طرح تیار کریں کہ قلعی چونہ ایک تولہ ایک بوتل میں بمعہ سوا پونڈ پانی ڈال کر اوپر ڈاٹ لگا دیں اور پانچ منٹ تک ہلائیں۔ پھر دو گھنٹے تک پڑا رہنے دیں اور چونہ تہ نشین ہونے پر صاف پانی نتھار لیں۔ اسی طرح جتنا پانی درکار ہو تیار کریں۔

فوائد:۔ آگ سے جلنے پر یہ مرہم بے حد تسکین دہ ہے۔ مرہم لگاتے ہی تکلیف میں نمایاں کمی محسوس ہوتی ہے اور زخم بھی بھر جاتا ہے خوبی یہ ہے کہ زخم درست ہونے پر جلد صاف رہتی ہے اور کوئی داغ یا دھبّہ باقی نہیں رہتا۔

مناشلادی مرہم

اجزاء و ترکیب:۔ مینسل، لاکھ، مجیٹھ، ہلدی، دارُو ہلدی۔ ہر ایک ۲-۲ تولے ملا کر باریک سفوف کریں۔ پھر شہد اور گھی ۶-۶ تولے ملا کر مرہم بنالیں۔

فوائد:۔ زخم اچھا ہونے پر جو داغ رہ جاتا ہے۔ یہ مرہم ان داغوں کو مٹانے کے لئے لاجواب ہے۔ جلد کو نکھار کر شفّاف بنا دیتا ہے۔

ورن امرت شویت مرہم

اجزاء و ترکیب:۔ مُشک کافور ا تولہ، موم سفید ۵ تولے۔ سفیدہ ۱۰ تولے۔ تیل تل ۱۰ تولے

اوّل موم اور تیل کو گرم کریں۔ اور قدرے ٹھنڈا ہونے پر سفیدہ ملا دیں۔ پھر کافور ملا کر مرہم بنالیں۔

فوائد:۔ یہ مرہم ہر طرح کے زخموں کو صاف کر کے انہیں بھر دیتا ہے۔

گرنتھی بھیدن لیپ

اجزاء و ترکیب:۔ دنتی مُول، چترک مُول کی چھال، آک کا دوُدھ، تردھارا تھوہر کا دوُدھ۔ بھلاوہ کے بیج (گوڈنبھی)، گڑ، کسیس۔ یہ سب برابر وزن لے کر تھوہر کے پتّوں کے رس میں کھرل لیں۔ لیپ تیار ہے۔

استعمال و فوائد:۔ اس کے لیپ کرنے سے غدود کا پھُولنا، پلیگ کی گلٹیاں (GLANDS) ہجیراں وغیرہ درست ہو جاتی ہیں۔ ہجیروں کی گلٹیاں پھوٹ جاتی ہیں۔ عمدہ لیپ ہے۔

جو گلٹیاں کچی ہوں یا نازک مقامات پر ہوں۔ اُن پر یہ لیپ نہ لگائیں۔

پارشو شوُل ہرناشک لیپ

اجزاء و ترکیب:۔ سونٹھ، کچلا، بارہ سنگھا۔ برابر وزن لے کر پانی کے ساتھ گھس لیں اور اس میں قدرے افیون ملا کر تھوڑا گرم کر کے پسلیوں پر لیپ کر دیں۔

فوائد:۔ نمونیہ میں جب پسلی یا چھاتی کا درد ہو تو اس کا لیپ کرنے سے فوراً آرام آجاتا ہے اور تکلیف کم ہو جاتی ہے۔

امراض کی تشخیص

اور

اُن کا عِلاج

"طبیب کا فرض ہے کہ اوّل مرض کی صحیح تشخیص کرے۔
بعد میں نسخہ تجویز کر کے فہم و فراست سے عِلاج کی طرف
مائل ہو"

مہرشی چرک

پانچ مہا بھوت (عناصر)

اور

تین اخلاط کا تعلق

آیورویدک اصول کے مطابق انسانی جسم پانچ مہا بھوت (عناصر) یعنی پرتھوی، جل، وایو، اگنی اور آکاش کا مجسمہ ہے اور انہی مہا بھوتوں کی بدولت جسم میں کف، پت اور وایو تینوں اخلاط کی پیدائش ہوئی ہے۔ جیسا کہ کف (بلغم) پرتھوی اور جل کو ظاہر کرتا ہے۔

وایو ہوا کی موجودگی کی مظہر ہے اور پت (صفرا) اگنی نمایاں کرتی ہے۔ ان تینوں اخلاط اور ان پانچ مہا بھوتوں کے طبعی اعتدال سے جسمانی صحت اور تندرستی قائم رہتی ہے۔ اگر ان میں کمی ہو جائے تو کوئی نہ کوئی مرض اُبھرتا ہے۔

پیٹ دھاتو جو خوراک منہ کے راستہ کھائی جاتی ہے وُہ معدہ کی ہنڈیا میں جا کر پکتی ہے۔ پکنے پر اس سے "رس" (کیلوس) تیار ہوتا ہے اور باقی فضلہ رہ جاتا ہے جو انتوں کی طرف چلا جاتا ہے۔ اب اس رس (کیلوس) کے پکنے پر خون تیار ہوتا ہے اور اس کا کثیف (مَل) حصہ کف کی شکل میں رہ جاتا ہے۔ خون پکنے پر اس کا جوہر گوشت (مانس) بن جاتا ہے اور کثیف حصہ پت یعنی صفرا بنتا ہے۔ گوشت پکنے کے بعد اس کا لطیف جوہر چربی بنتا ہے اور کثیف حصہ ناک، کان کا مَیل وغیرہ بن جاتا ہے۔ چربی پکنے پر ہڈی بنتی ہے اور اس کا کثیف حصہ پسینہ بنتا ہے۔ ہڈی پکنے پر مجا یعنی

ہڈی کے اندر کا گُودا بنتی ہے اور کثیف حصّہ بال رُوئیں اور داڑھی مُونچھ کی شکل میں ظاہر ہوتا ہے۔ مجّا پکنے کے بعد اس کا جوہر اعلیٰ ویرج بنتا ہے۔ اور کثیف حصّہ جلد کی چکناہٹ اور آنکھوں کا کیچڑ بن جاتا ہے۔

ہم جو بھی خوراک کھاتے ہیں وہ اسی طرح ہضم ہو کر علے الترتیب "سپت دھاتو" کے مدارج طے کر کے جسم کی نشوونما کرتی ہے۔

وایُو کف پت کے اثرات

اخلاطِ ثلاثہ (ہر سہ خلطوں) کی کمی و بیشی سے جو عوارض لاحق ہو جاتے ہیں اُن کی تفصیل ذیل میں دی جاتی ہے۔

(کمی سے)

۱- وایُو کی کمی سے جسم میں کاہلی، کم بولنا۔ کُند ذہنی کی علامات نمودار ہو جاتی ہیں

۲- پت کی کمی سے جسم میں حرارت (گرمی) کم ہو جاتی ہے۔ قوتِ معدہ کمزور ہو جاتی ہے۔ چہرے کا جلال زوال پذیر ہونے لگتا ہے۔

۳- کف کی کمی کے سبب خشکی، جلن اور آلاتِ انہضام سُست پڑ جاتے ہیں۔ ہڈیاں کمزور ہو جاتی ہیں۔ بار بار پیاس لگتی ہے۔ نیند کم آتی ہے۔

(بیشی سے)

۱- وایو کے بڑھنے سے آواز میں کرختگی، جسم میں سیاہی پن، آنکھ، کان، زبان وغیرہ اعضاء کا پھڑکنا۔ گرم کھانوں سے رغبت پیدا ہونا۔ نیند کم ہو جانا طاقت میں کمی محسوس ہونا۔ قبض اور سُدہ پیدا ہونا وغیرہ علامات نمایاں ہو جاتی ہیں۔

۲- پت (صفرا) بڑھنے سے جلد کی زردی، تلخی و گرمی محسوس ہونا۔ طاقت کم ہونا۔ اعضاء شکنی، بے ہوشی، سرد کھانوں کی خواہش، نیند کی کمی، پیشاب و پاخانہ کی

حاجت بار بار ہونا۔ آنکھوں کا دُکھنا۔

۳۔ کف (بلغم) کی زیادتی سے سردی محسوس ہوتی ہے۔ جسم میں بھاری پن، سُستی، نیند کی زیادتی، جوڑوں میں بھاری پن یا درد۔ جسم پر سفیدی آنا اور اُبکائیاں وغیرہ آنے لگتی ہیں۔

علاج معالجہ کی غرض سے مذکورہ بالا علامات اور خلطی بگاڑوں کو ہمیشہ مدِ نظر رکھنا چاہیئے کیونکہ مرض کی صحیح تشخیص ہونے پر ہی علاج میں کامیابی اور مرض کی بیخ کنی (جڑ سے اُکھاڑنا) ہوتی ہے۔

چار پاد (ارکان)

قدیم آیوروید گرنتھوں میں علاج کے لیئے چار پاد (چار ارکان) معالج (وئید) مریض (روگی)، دوا (اوشدھی) اور تیمار دار متعین کیئے گیئے ہیں اِن چاروں میں معالج یعنی وئید کا رُتبہ سب سے بڑا قرار دیا گیا ہے۔ چاروں ارکان کی مجموعی صفات درج ذیل ہیں:۔

۱۔ معالج (وئید) تعلیم یافتہ ہو اور اُس نے گرنتھوں کا باقاعدہ مطالعہ کیا ہو۔ عملاً تجربہ کار ہو۔ صفائی پسند اور صحت مند ہو۔ موقعہ شناس اور عقلمند ہو۔ جملہ ساز و سامان سے لیس ہو۔ حقیقت گو اور مذہبی انسان ہو۔ حریص نہ ہو۔

۲۔ مریض معالج پر اعتماد رکھنے والا۔ مالی لحاظ سے درست، علاج معالجہ کے سلسلہ میں روپیہ خرچ کرنے میں بُخیل نہ ہو، پرہیزی اور طویل العُمر ہو۔ قابلِ علاج مرض میں مُبتلا ہو۔

نوٹ:۔ طویل العُمر سے مراد یہ ہے کہ علم قیافہ اور بذریعہ سامدرک

ہست دیکھا اس کی زندگی ابھی کافی ہو۔

۳۔ دوا اچھی زمین میں پیدا ہوئی ہو۔ موسم کے مطابق اکھاڑی گئی ہو مقررہ وزن میں دی گئی ہو۔ خوشبو، ذائقہ اور رنگت دلپسند ہو۔ خلطوں کو دُور کرنے والی ہو۔ مرض کی تشخیص کے بعد ہی تجویز کردہ ہو اور درست حالت میں ہو۔

۴۔ تیماردار اخلاص مند، محنتی ہو، چغل خور نہ ہو، صحت مند، معالج کے حکم کی تعمیل پر کاربند، شیریں کلام اور خدمت گزار ہو۔

بُخار

بُخار کی تعریف جسم کی طبعی حرارت کا حدِ اعتدال (۹۸.۴ فارن ہیٹ) سے بڑھ جانا بُخار کہلاتا ہے۔ ایک تندرست جسم کا درجۂ حرارت (ٹمپریچر) ۹۸.۴ فارن ہائیٹ ہوتا ہے اور اسی درجۂ حرارت میں تمام جاندار زندہ و صحت مند رہتے ہیں۔ چھوٹے اجسام والے کیڑے مکوڑے اسی درجۂ حرارت میں کمزور اور سُست پڑ جاتے ہیں اور ۹۸.۴ درجۂ حرارت سے زیادہ میں کیڑے مکوڑے ہلاک ہو جاتے ہیں۔

علامات حرارتِ جسم ۹۸.۴ فارن ہائیٹ سے بڑھ کر ۹۹ سے ۱۰۱ تک پہنچ جائے تو اِسے خفیف (ہلکا) بُخار کہتے ہیں۔

۱۰۱ تا ۱۰۳ معمولی بخار ہوتا ہے۔ ۱۰۳ تا ۱۰۵ درجہ شدید اور اس سے زیادہ درجۂ حرارت ہو تو اسے شدید تر بُخار یا تپ محرقہ بھی کہتے ہیں۔ جسے ڈاکٹری اصطلاح میں ہائی پریا ئی ریکسیا کہتے ہیں۔ بخار کی سب سے بڑی معتبر نشانی غلاظت ہُوا کرتی ہے۔

علاوہ ازیں جلد گرم خشک ہوتی ہے۔ ہونٹوں پر پپڑی جم جاتی ہے۔ زبان خشک ہو جاتی ہے۔ پیاس زیادہ لگتی ہے۔ معدہ اور آنتوں کی رطوبت خشک ہونے سے بھوک ختم ہو جاتی ہے۔ قبض اور سردرد ہونے لگتا ہے جسم ٹوٹنے لگتا ہے۔ نبض کی رفتار تیز ابھری ہوئی ہوتی ہے۔ سانس تیز تیز چلتا ہے، پیشاب کم مقدار میں آتا ہے کیونکہ گردے کمزور ہو جاتے ہیں۔ کبھی کبھی پیشاب بند بھی ہو جاتا ہے۔ بے چینی، بے ہوشی، کپکپی اور غنودگی بھی طاری ہونے لگتی ہے اور بعض اوقات کھانسی، نزلہ زکام کے ساتھ بھی خفیف بخار محسوس ہوتا ہے، اس حالت میں بجائے دفعیہ بخار کے اصل مرض کا علاج کرنا واجب ہے۔

اقسام بخار کی اقسام کے متعلق باوضاحت بیان بخوفِ طوالت نہیں دیا جا سکتا۔ تاہم چند مشہور و عام بخاروں کے متعلق واقفیت اور علاج کا طریقہ مختصراً درج ذیل ہے:۔

ملیریا بخار دنیا بھر میں اس نامراد بخار کی وجہ سے لاکھوں افراد موت کا شکار ہو جاتے ہیں۔ یہ موذی بخار بالعموم موسم برسات کے اواخر میں حملہ آور ہوتا ہے۔ جدید تحقیق کے مطابق ملیریا میں آنافیلس نامی مچھر کے کاٹنے سے جسم کے اندر خون میں ملیریائی جراثیم داخل ہو جاتے ہیں۔ (یہ تحقیق ۱۸۹۵ء میں ڈاکٹر راس نے دریافت کی تھی)۔

علاماتِ ملیریا مریض کا جسم سردی سے کانپنے لگتا ہے۔ سر درد ہونے لگتا ہے۔ تیز بخار کے ساتھ ساتھ پیاس لگتی ہے۔

ملیریا بخار کی دو قسمیں ہیں۔ ایک میں مقررہ اوقات پر بخار چڑھتا ہے اور قریباً ۲۴ گھنٹہ تک رہتا ہے۔ دوسری قسم میں ۴۸ گھنٹہ بعد چڑھتا ہے جسے باری کا بخار کہتے ہیں۔ اس کی بھی کئی قسمیں ہیں۔

علاج سب سے پہلے مریض کا معدہ اور انتڑیاں صاف کرنے کے لیے سدرشن چورن یا "اشوکنجکی رس" یا "اچھیا بھیدی رس" وغیرہ دیں تاکہ فضلہ خارج ہو۔ بعدازاں حرارتِ بخار کو کم کرنے اور پسینہ لانیوالی دوائی مرتنجے رس گرم پانی کے ساتھ دینے سے پسینہ آجاتا ہے اور جسمانی حرارت بذریعہ پسینہ باہر نکل جانے سے بخار کم ہو کر اُتر جاتا ہے۔

بخار کو قطعی طور پر روکنے کے لئے سدرشن چورن بے حد مفید رہتا ہے۔

علاوہ ازیں کشتہ ابرک سیاہ، کشتہ ہڑتال گودنتی وغیرہ بھی نافع ہیں۔

ملیریا میں عام طور پر جگر یا تلی بڑھ جایا کرتی ہے۔ امرتا ارشٹ، کماری آسو، روہیتک ارشٹ جگر و تلی کے بڑھ جانے میں معجزہ نما ہے۔ یہ جگر و تلی کو گھٹا کر کم کر دیتے ہیں۔

ٹائیفائیڈ (میعادی بخار)

اِس بخار کا دورہ عام طور پر ۲۱ یوم یا اس سے زیادہ ہُوا کرتا ہے۔

علامات آنتیں متورم ہو کر بیکار ہو جاتی ہیں اور دست آنے لگتے ہیں۔ جسم پر سُرخ رنگ کے دھبے نمودار ہو جاتے ہیں۔ جسم میں کاہلی و سستی آجاتی ہے۔ پیٹ میں تکلیف رہتی ہے۔ بھوک کم اور پیاس زیادہ لگتی ہے۔ پیشانی پر درد، جی متلانا۔ دِن بھر بے ہوشی سی۔ رات کو نیند نہ آنا، زبان میلا وغیرہ شکایات ہوتی ہیں۔ درجہ حرارت کی نسبت نبض کی رفتار سست ہوتی ہے۔ پسینہ آور دوا دینے سے بخار اُترنے کی بجائے تیز ہو جاتا ہے۔ پہلے ہفتہ بخار آہستہ آہستہ تیز ہوتا ہے۔ دوسرے ہفتہ یکساں رہتا ہے اور تیسرے ہفتہ آہستہ آہستہ کم ہوتا ہے۔ اس بخار

میں پیٹ میں تکلیف رہتی ہے - کبھی پیٹ پھول جاتا ہے - کبھی گڑگڑاہٹ ہوتی ہے -

علاج اس بخار کے علاج میں غذائی پرہیز کو مدِ نظر رکھنا چاہیے مریض کو کوئی غذا دینے کی بجائے نہایت لطیف قسم کی غذائیت دیں کیونکہ غذا آنتوں کی سوزش کے لئے مہلک ثابت ہوتی ہے - نیز جلاب آور دوا بھی ممنوع ہے - میعادی بخار میں قبض دستوں کی نسبت عمدہ نشانی تصور کی جاتی ہے - کشتہ ابرک سیاہ، کشتہ موتی سیپ، کشتہ موتی، کشتہ ہڑتال گودنتی، ست گلو، بسنت مالتی رس اس کے لئے بے نظیر دوائیں ہیں اگر کھانسی کی شکایت ہو تو ستو پلادی چورن وغیرہ بھی دیا جا سکتا ہے -

پرسوت بخار (حمی نفاسیہ)

اسباب وضع حمل کے بعد رحم کی مکمل صفائی نہ ہونے سے یہ بخار ہوتا ہے یا بوقت وضع حمل رحم میں خراش و زخم ہونے سے پانچ سات روز تک اس کے اندر مواد پیدا ہونے سے بھی پرسوتی بخار ہوتا ہے یہ بخار کپکپی کے ساتھ شروع ہوتا ہے - بعد از وضع حمل عورت کا اعصابی نظام بے حد کمزور ہوتا ہے اور قدرتاً قوت مدافعت بھی کمزور ہو جاتی ہے اس لئے عورت بخار کے حملہ کی تاب نہیں رکھتی - چونکہ یہ پرسوتی بخار عورت کے لئے بے حد خطرناک اور جان لیوا ہوتا ہے لہذا اس کے علاج میں کوتاہی نہیں کرنی چاہیئے بلکہ فوراً علاج معالجہ کی طرف رجوع کرنا ضروری ہے -

علاج پرتاپ لنکیشور رس کو دشمول کے کاڑھے کے ساتھ پلائیں تاکہ رحم کی صفائی ہو جائے - صفائی ہونے سے بخار اُتر

جاتا ہے۔ اس کے ساتھ ہی خوراک کھانے کے بعد دشموُل ارشٹ پینے کو دیں تاکہ رحم اور اس سے متعلقہ اعصاب و اعضاء کو طاقت ملے اور بخار کی حدت و خطرہ کم ہو۔ شری پشپات چوُرن بھی پرسوتی بخار میں نافع ہوتا ہے۔

اِنفلوئنزا

علامات جسمانی حرارت کے ساتھ بلغم کی کثرت، گلے کی خرابی، جسم ٹوٹنا، نزلہ زکام، کھانسی، سر میں درد، بھوک کی کمی، انفلوئنزا کی علامات ہیں جدید نظریئے کے مطابق یہ متعدّی بخار مانا گیا ہے۔

عِلاج اِس کے عِلاج میں دافع بلغم (کف ناشک) ادویات دیں۔ بلغم رُوکنے سے بخار ازخود ختم ہو جاتا ہے۔ دافع بلغم کے ساتھ ساتھ مقوّی معدہ اور ہاضم دوائیں دیں تاکہ معدہ طاقتور ہو اور خوب بھوک لگے، مرتنجے رس، تربھون کیرتی رس، لکشمی ولاس رس، چندر امرت رس، ستوپلادی چوُرن، سنجیونی وٹی، بھسمہ ابرک، سیاہ اور دیسی چائے کا استعمال مفید رہتا ہے۔

اسہال (دست)

اسباب و علامات بے وقت، بلا ضرورت، معمول سے زیادہ یا ثقیل (بوجھل) غذا کھانے سے معدہ کمزور ہو جاتا ہے جس کے سبب غذا بخوُبی ہضم نہیں ہوتی اور آنتوں میں سرسراہٹ ہونے لگتی ہے۔ اِس سے آنتوں[۱] کی حرکات تیز ہو جاتی ہیں۔

---

۱ PARABALTIC MOVEMENTS

آنتوں میں غلاظت موجود رہنے سے سڑاند اُٹھنے لگتی ہے۔ اس سڑاند سے ہوا پیدا ہوتی ہے اور ان وجوہات کی بنا پر پتلا پاخانہ بار بار آتا ہے۔

علاج ابتدا میں ایسی قابض دوا نہ دیں جو اسہال (دستوں) کو فوراً روک دے، بلکہ معدہ کو طاقتور بنانے اور غذا ہضم کرنے والی دوا دیں۔ جب اسہال کے بعد معدہ و آنتیں غلاظت سے پاک ہو جائیں تب دست بند کرنے والی قابض دوا دیں۔

اسہالوں کا صحیح طریقۂ علاج یہی ہے کیونکہ دستوں کو یک دم روکنے سے بعد میں ان کا نتیجہ خطرناک نکلتا ہے۔

فاسد و غلیظ مادہ تو آنتوں کے ساتھ ہی چپکا ہوتا ہے جو آنتوں کو خراب کر کے آنتوں کی دِق (دِق مَعوی) پیدا کرنے کا باعث بن جاتا ہے اسہال زیادہ آنے سے جسم کمزور اور پیلا ہو جاتا ہے۔ اِس مرض کے دفعیہ کے لیے لوک ناتھ رس، رام بان رس، لون بھاسکر چورن، ہنگو آشٹک چُورن عین موافق ہیں۔

آخر میں جبکہ اسہال بند کرنے مقصود ہوں تو کٹجھ رس کا استعمال بہتر رہتا ہے۔

پرہیز: روٹی، دُودھ و ثقیل غذاؤں سے۔ خوراک میں پتلی کھچڑی یا چاول دہی کے ساتھ دیں

مروڑ (پیچش)

اسباب و علامات بالعموم اسہال کے مریضوں کو بار بار شکایت ہونے پر بھی پیچش نمودار ہو

جاتی ہے۔

اِس مرض میں پیٹ میں بار بار مروڑ سا اُٹھتا ہے۔ درد کے ساتھ پاخانہ تھوڑا تھوڑا خارج ہوتا ہے۔ پاخانہ کے ساتھ خون یا آؤں کی بھی آمیزش ہوتی ہے۔ مریض کو ہر وقت پاخانہ کی حاجت رہتی ہے۔

اگر مرض پُرانا ہو تو پاخانہ کے ساتھ خُون یا آؤں تنہا یا دونوں آتے ہیں۔ مریض کی رغبت خوراک میں نہیں رہتی۔ ہلکا ہلکا بخار بھی ہونے لگتا ہے اور پیٹ میں مروڑ اُٹھنے لگتا ہے۔ بعض اوقات پیٹ وانتڑیوں کی جھلّی زخمی ہو جاتی ہے اور جا بجا زخم بن جاتے ہیں۔ انہی زخموں سے خُون رِس رِس کر پاخانے کے ساتھ نکلنا شروع ہو جاتا ہے۔

عِلاج سب سے پہلے ارنڈی کا تیل (کسٹرائل) دیں تاکہ آنتیں نرم ہوں اس سے مروڑ میں بھی کمی ہو جاتی ہے۔ اِس عمل کے بعد مناسب دوا دیں جو دستوں اور پاخانوں کو بند کر کے معدہ کو طاقتور بنائے۔

اِس ضمن میں گرہنی کپاٹ رس، گنگا دھر رس، گنگا دھر چُورن مشہور ادویات ہیں۔ گرہنی کپاٹ رس، کُٹجارشٹ کے ساتھ دینے سے نفع کثیر ہوتا ہے۔

ہیضہ (کالرا)

اسبابِ مرض گلی سڑی، کچی، جلی، غلیظ یا قابض غذا کھانے سے یہ مرض پیدا ہوتا ہے۔ موجودہ نظریئے کے مطابق ہیضہ ایک مُتعدی مرض ہے۔ ہیضہ کے جراثیم بذریعہ ہوا، غذا یا پانی وغیرہ صحت مند جسم میں داخل ہو کر بیماری کا پیش خیمہ بن جاتے ہیں۔

علاماتِ مرض:۔ ہیضہ میں مریض کا جی متلاتا ہے۔ پیٹ میں گرانی

اور گاہے بہ گاہے درد بھی محسوس ہوتا ہے۔ قے آتی ہے اور کثرت سے اسہال (دست) آنے شروع ہو جاتے ہیں۔ کثرتِ اسہال سے جسم میں پانی کی سخت کمی ہو جاتی ہے۔ نتیجہ کے طور پر مریض کی رفتارِ نبض نہایت سُست پڑ جاتی ہے اور چہرے پر سفیدی آ جاتی ہے نیز پنڈلیوں میں اینٹھن ہو جاتی ہے۔

علاج مُقوّی معدہ، ہاضم و جراثیم کُش ادویات دیں۔ اسہال کے سبب مریض کے جسم میں سے پانی کافی مقدار میں خارج ہو جاتا ہے لہٰذا اِس کی تلافی کے لئے پانی کی سخت ضرورت ہوتی ہے۔ پانی جوش دیا ہُوا ہو تاکہ جراثیمی عنصر زائل ہو جائے۔ اگر پانی پلانے سے مریض اِسے ہضم نہ کر سکے تو پانی آبِ مقطّر (ڈسٹلڈ واٹر) کی صورت میں بذریعہ شریان داخل کیا جاتا ہے۔ تاکہ پانی کی کمی کے باعث خُون غلیظ ہو کر مُنجمد نہ ہو جائے۔ اِس سے مریض کی زندگی کو خطرہ لاحق ہو جاتا ہے۔ ہیضہ بالعمُوم موسمِ برسات میں پھُوٹتا ہے۔ اِس موسم میں بطور حفظِ ماتقدم پیاز، لیموں، پودینہ، انار دانہ و دیگر ہاضم اشیاء کا استعمال کریں۔ ہیضہ کے لیے "کرپور آسو" آیورویدگرنتھوں کا مشہور مرکب ہے۔ اِسے پانی میں ڈال کر پلانے سے دستوں اور قے کو فوراً آرام مِلتا ہے۔ متلی بھی بند ہو جاتی ہے اور نبض کی رفتار بڑھ جاتی ہے۔ یہ رس زبردست جراثیم کُش بھی ہے۔ علاوہ ازیں سنجیونی وٹی بھی ایسے ناگہانی موقعہ پر سنجیونی بُوٹی کا ہی کام دیتی ہے۔

سِنگرہنی (ذرب)

اسبابِ مرض اسہال و پیچش کے متواتر حملوں سے آنتیں اور معدہ انتہائی طور پر کمزور ہو جاتا ہے۔ انتڑیوں کا وہ حصّہ جسے گرہنی کہا جاتا ہے اور اس کا فعل معدہ کی ہضم شدہ غذا میں سے

رس (CHYLE) لے کر جزوِ خون بنانا ہوتا ہے۔ اپنے طبعی فعل میں سست اور کمزور پڑ جاتا ہے اور اس کی قوتِ ماسکہ (زیادہ دیر تک روکنے کی طاقت) معدوم ہو جاتی ہے اس وجہ سے مریض غذا کھاتے ہی پاخانہ کی حاجت محسوس کرنے لگتا ہے۔ اس طرح خوراک ہضم ہوئے بغیر خام حالت میں ہی بذریعہ پاخانہ خارج ہو جاتی ہے۔ ذرا خیال فرمائیں کہ اگر کھائی ہوئی غذا جزوِ بدن نہ ہو تو صحت کا کیا حال ہوگا؟ جسمانی کمزوری اور خون کی کمی ہو جائے گی۔ اِن دونوں حالتوں میں خطرناک اور شدید امراض کے حملہ کا خوف بھی پیدا ہو جائے گا۔

علاج حرارتِ معدہ بڑھانے، معدہ کو طاقت دینے والی ہاضم اور قابض ادویات دیں۔ اِن میں گرہنی کپاٹ رس، گنگادھر رس وغیرہ بے حد سریع الاثر ہیں۔ لون بھاسکر چورن اور کٹجا ارشٹ بھی فائدہ کرتا ہے۔ داڑمی ماشٹک، چورن کٹجا ارشٹ کے ساتھ دیں۔ آیورویدگرنتھوں میں سنگرہنی کے لیے پرپٹیوں کا طریقہ درج ہے۔ ان میں رس پرپٹی، لوہ پرپٹی، پنچامرت پرپٹی بے حد اکسیر ہے۔ اِن پرپٹیوں میں سے کسی ایک کی پہلی ہی خوراک اپنا اثر دکھاتی ہے۔ آنتوں کی کمزوری کو دور کر کے انہیں ازسرِنو طاقتور و تندرست بنایا جاسکتا ہے تاکہ غذا ہضم ہونے کے بعد بصورتِ فضلہ انتڑیوں میں اُتر سکے۔

بواسیر

اسباب مسلسل ایک جگہ بیٹھے رہنے سے افعالِ جگر کی سستی و کمزوری۔ دائمی قبض، گرم اشیاء کا بکثرت استعمال، بادی (ریح) وغیرہ اس کے عام اسباب ہیں۔ فراغت کے وقت مقعد (گدا) کی رگوں اور دہانے پر دباؤ پڑتا ہے۔ جس کی وجہ سے خون جمع ہو کر وہیں رُک جاتا ہے اور واپس نہیں

آتا۔ اب یہ مجتمع خون مسّوں کی شکل اختیار کر لیتا ہے۔ ان مسّوں میں بادی کی وجہ سے درد اور تکلیف ہوتی ہے۔

اقسام ۔ بواسیر کی دو قسمیں ہیں۔ (۱) خونی (۲) بادی۔

خونی بواسیر میں بوقت حاجت مسّوں کے ساتھ فضلہ رگڑ سے خارج ہوتا ہے۔ اِس لئے مسّے پھوٹ جاتے ہیں اور خون بہنے لگتا ہے۔ مریض مسّوں کے پھوٹتے وقت سخت تکلیف پاتا ہے مگر قہرِ درویش برجانِ درویش، برداشت کر لیتا ہے۔ خون بکثرت نکلنے سے خون میں کمی واقع ہو جاتی ہے اور کمیٔ خون کے امراض آگھیرتے ہیں۔

بادی بواسیر میں آنتوں کی ہوا (ریح) باہر نکلتی ہے تو مسّوں سے ٹکراتی ہے۔ اِس سے تکلیف پیدا ہوتی ہے اور مریض درد سے بے چین ہو جاتا ہے۔

علامات بواسیر میں مریض کی بھوک ہٹ جاتی ہے۔ ہاضمہ جواب دے جاتا ہے اور اپھارہ غالب ہو جاتا ہے۔ اخراجِ خون سے مریض کمزور ہونے لگتا ہے۔ جائے پاخانہ (مقعد، گدا) پر شدید جلن اور درد محسوس کرتا ہے۔ اُٹھتے بیٹھتے وقت بھی تکلیف ہوتی ہے۔ مرچ یا گرم کھانا بھی موافق نہیں آتا۔

علاج قبض کشائی بواسیر کا سب سے اعلیٰ اور واحد علاج ہے۔ بواسیر کے علاج میں سب سے پہلے قبض کو دفع کرنے کے لئے کوئی دوا از قسم اچھیّا بھیدی رس، سکھ ورچنی وٹی یا ابھیا ارشٹ وغیرہ دیں۔ اِس سے آنتوں میں جمع شدہ فضلہ یعنی پاخانہ نرم ہو کر باہر نکلے گا اور اپنی نرمی کی وجہ سے مسّوں کو پھوڑے گا نہیں۔ بلکہ آسانی سے اس طرح خارج ہو جائے گا کہ کسی کو خبر تک نہ ہو سکے گی اور مریض بوقت حاجت راحت

اور آرام پائے گا۔

قبض کشائی کے علاوہ معدہ و آنتوں کی ہوا کو بھی باہر نکالنا چاہیئے خواہ وُہ پاخانہ کے ساتھ نکلے یا بادِ مخالف (پاد) کی صورت میں۔

اِس مطلب کے لئے ابھیارشٹ یا پِپلی آسو دینا چاہیئے۔ اِس سے جگر کو طاقت مِلتی ہے اور جگر سے صفراوی مادہ آنتوں میں اُترتا ہے۔ جس سے پاخانہ بافراغت آنے لگتا ہے۔ پیٹ کی ہوا بھی پاخانے کے ساتھ ہی رفع ہو جاتی ہے۔ آئیندہ ہوا کو پیدا ہونے کا کوئی موقعہ نہیں مِلتا۔ بواسیر بادی میں ارش کٹھار رس بے حد مفید ثابت ہوتا ہے۔ ارش کٹھار رس سخت پاخانہ کو نرم کر کے باہر نکالتا ہے اور مسّوں کو خشک کرتا ہے۔ جس سے مریض تسکین پانے لگتا ہے۔

بواسیر کے مسّوں میں جلن سے جائے پاخانہ کے گِرد سوزش ہو۔ تو سبز بھنگ کو رگڑ کر ٹکیاں بنا لیں۔ اِن ٹکیوں کو گھی میں تَل کر مسّوں پر باندھ دیں۔ اِس سے بواسیری مسّوں کی جلن، درد اور تکلیف دُور ہو جائے گی۔

قبض

انسانی جسم کو اُس مشینری سے مشابہت دی جا سکتی ہے جیسے چلانے کے لئے ایندھن کی ضرورت ہوتی ہے۔ ہر بار نیا ایندھن ڈالنے سے پہلے بھٹی کو اچھی طرح راکھ وغیرہ سے صاف کر لیا جاتا ہے تاکہ بھٹی میں آگ اچھی طرح جلائی جا سکے۔

معدہ بھی ایک بھٹی ہے۔ جس کا ایندھن خوراک (اناج، سبزیاں، پھل، گوشت وغیرہ) ہے۔ جسم کے تمام اعضاء کو تندرست بنائے رکھنے کے لئے

خوراک درکار ہوتی ہے۔ خوراک معدہ کی بھٹی میں پکنے کے بعد رس تیار کرتی ہے۔ یہ رس جگر میں خون وغیرہ بننے کے لئے چلا جاتا ہے اور باقی ماندہ فضلہ آنتوں میں اُتر آتا ہے۔ اب اگر یہ فضلہ وقتِ معینہ پر بذریعہ مقعد (گدا) خارج نہیں ہوتا تو ہم اسے قبض کہہ سکتے ہیں جو کہ تمام امراض کی ماں (اُم الامراض) ہے۔ اسباب اِس مرض کے یہ ہیں:-

دیر ہضم، ثقیل روغنی غذا، لیس دار از قسم بھنڈی کچالو وغیرہ، زیادہ باریک پسا ہوا اناج، میدہ اور میدہ سے بنی ہوئی مٹھائیاں، کچی اور سڑی ہوئی غذا، بے وقت کھانا۔ یہ سب قبض کے ذمہ دار ہیں۔ علاوہ ازیں ایک طبی نکتہ یہ بھی ہے کہ جگر سے خارج ہونے والا صفراوی مادہ (پت) آنتوں میں گر کر جمع شدہ فضلے کو پاخانہ کی شکل میں باہر نکال دیتا ہے۔ اگر یہی صفراوی مادہ کم مقدار میں آنتوں کی طرف آئے گا تو ظاہر ہے کہ فضلہ کو باہر نکلنے میں مدد نہیں ملے گی اور آنتوں میں ہی سڑاند پیدا کرتا رہے گا۔

آنتیں معدہ سے حاصل شدہ فضلہ کو قبول و خارج کرنے کے لئے ایک قسم کی مخصوص حرکات میں مصروف رہتی ہیں۔ اِن حرکات (MOVEMENTS) کے کمزور و سست پڑ جانے سے قبض کی شکایت پیدا ہو جاتی ہے۔ مگر اِن کا کمزور و سست پڑنا دراصل جگر سے آمدہ صفراوی مادے کی کمی و دیگر بنیادی اسباب سے ہے۔

قبض سے ہاضمہ کی کمی، بھوک نہ لگنا۔ حرارتِ معدہ کم ہونا، اپھارہ، غذا سے بے رغبتی، پیٹ کا بھاری پن، جمائیاں، سر چکرانا، پیٹ درد اور دیگر شکایتیں پیدا ہو جاتی ہیں جو رفتہ رفتہ خطرناک بیماری کی صورت اختیار کر لیتی ہیں لہذا قبض کے معاملہ میں چوکنا رہنے کی ضرورت ہے۔ جہاں کہیں اِس

امر کی صورت پیدا ہو۔ فوراً توجہ کرنی چاہیئے۔

علاج قبض کے علاج میں دافع قبض ملین دوائیں دیں مثلاً گلقند، اچھیا بھیدی رس، مربہ ہرڑ وغیرہ۔ مگر اچھیا بھیدی رس آنتوں کو فضلے سے مکمل طور پر صاف کر دیتا ہے۔

معمولی قبض اور نازک مزاج والوں کے لیے سکھ ویچنی وٹی مفید رہتی ہے۔ ناراچ رس، گھوڑا چولی رس، کماری آسو، ابھیا ارشٹ، دراکشاسو اور پیلی آسو بھی اسی مقصد کے لیے استعمال کیے جاتے ہیں۔

پیٹ کے کیڑے (کرم امعا)

اسباب نئے اناج، زیادہ میٹھی غذائیں، گڑ یا گڑ سے بنی اشیاء۔ اڑد کی پیٹھی و دیگر ثقیل و قابض اور دیر ہضم غذاؤں کا زیادہ کھانا، فضلہ آنتوں کے اندر سڑاند پیدا کرتا ہے اور کیڑے کثیر تعداد میں پیدا ہو کر تکلیف و مرض کا باعث بن جاتے ہیں۔

علامات پیٹ میں ہوا پیدا ہونا، جی متلانا، مقعد (گدا) میں خارش، جلن محسوس کرنا، پاخانہ کے ساتھ چھوٹے بڑے کیڑوں کا خارج ہونا، کیڑوں کی حرکات سے بسا اوقات احتلام بھی لاحق ہو جایا کرتا ہے

نقصان خوراک بخوبی ہضم نہیں ہوتی بلکہ کیڑوں کی نذر ہو جاتی ہے۔ مریض میں خون کی کمی کی وجہ سے اس کی رنگت سفید پڑ جاتی ہے اور کمی خون سے کئی دیگر امراض سے بھی دو چار ہو جانے کا اندیشہ ہو جاتا ہے۔ پیٹ اور آنتوں میں درد ہونا شروع ہو جاتا ہے۔ آنتوں کو سخت نقصان پہنچاتے ہیں۔

علاج علاج میں دو باتوں کو سامنے رکھیں۔ اوّل یہ کہ یہ نامراد خبیث کیڑے زندہ یا مُردہ بذریعہ پاخانہ خارج ہو جائیں دوم یہ کہ کرم کُشی دوا کے استعمال سے کُلی طور پر ہلاک ہو جائیں۔

چونکہ یہ کیڑے آنتوں کے اندر اپنی کمین گاہیں بنا کر چھپے رہتے ہیں اس لیے عام اور ہلکی دوا اِن کیڑوں پر کوئی اثر نہیں کر سکتی۔

اِس مقصد کے لیے اِنہیں باہر نکالنے کے لیے یہ تدبیر کرنی چاہیے کہ رات کے وقت مریض کو گُڑ کے چاول کھلائیں کیونکہ یہ کیڑے گُڑ پر فریفتہ ہوتے ہیں اور گُڑ کی خوشبو پا کر دعوتِ طعام کے لیے باہر نکل آتے ہیں۔

بس اب یہی نادر موقعہ ہوتا ہے کہ مریض کو دُوسری صبح اچھّا بھیدی رس کا جُلاب دیں۔ کیڑے کثیر تعداد میں بذریعہ دست (اسہال) خارج ہو جائیں گے۔ اِس عمل کے بعد بقایا کیڑوں کو ہلاک کرنے کے لیے کرمی کُٹھار رس دیں۔ یہ رس اِن کیڑوں کا سخت دشمن ہے۔ جراثیم کُش ہونے کی وجہ سے یہ پیٹ و انتڑیوں میں باقاعدگی سے کیڑوں کا قلع قمع کر دے گا۔

ایک ہفتہ بعد مذکورہ بالا عمل دوبارہ کریں۔ مکمل علاج و کیڑوں سے نجاتِ کُلی حاصل کرنے کے لیے ایک، دو ہفتہ مزید یہ عمل کریں۔ یہ نامعقول کیڑے ہمیشہ ہمیشہ کے لیے نیست و نابود ہو جائیں گے۔ عام حالتوں میں جب کہ اِس عمل کی ضرورت نہ ہو تو کھانا کھانے کے بعد "ڈِنگا اَرِشٹ" پلائیں۔ یہ اَرِشٹ بھی دافع کرم ہے۔ خون کی کمی ہو تو "نوائس لوہ" بھی دیتے رہیں "نوائس لوہ" صالح خون پیدا کر کے جسم و چہرے کی سفیدی دبلے روکھی کو سُرخی و شادابی میں تبدیل کر دیتا ہے اور کمزور و ناتواں جسم کو دانتی لوہے کی مانند بنا دیتا ہے۔

یرقان (پانڈو)

اسباب ثقیل، لیس دار غذائیں، گرم مصالحہ جات، شراب و مچھلی کا بکثرت استعمال، جگر سے خارج ہونے والے صفراوی مادہ (پت) کو آنتوں میں گرنے سے روک دیتا ہے۔ نالیوں کی رُکاوٹ کے سبب صفراوی مادہ (پت) آنتوں کی بجائے خون میں شامل ہونے لگتا ہے۔ دورانِ خون اس کی زردی (پیلاپن) جلد کی نچلی سطح میں جمع ہونے لگتی ہے جس سے جسم کی رنگت زرد اور آنکھیں چہرہ۔ ہونٹ ناخن سب پیلے پڑ جاتے ہیں۔ پیشاب کے راستہ پت (صفرا) خارج ہونے سے پیشاب بھی پیلا آتا ہے مگر پاخانہ کی رنگت سفید ہوتی ہے۔ کیونکہ پت آنتوں کے ذریعہ باہر نہیں نکلتی، بلکہ جگر میں ہی رُکی رہتی ہے اور وہیں سے خون کے ساتھ مل کر گردش کرتی ہے۔

علامات ذائقہ کڑوا۔ بے چینی۔ گھبراہٹ، بخار، پت خون کے سُرخ ذرات کو کم کر کے پیلاپن پیدا کر دیتی ہے۔ اور مریض کا جسم پیلا پڑ جاتا ہے۔ آنکھوں کی سفیدی میں پیلاپن آجاتا ہے، ناخن تک پیلے پڑ جاتے ہیں، نیز بھوک بھی ختم ہو جاتی ہے۔

عِلاج جگر میں سے پت کو خارج کرنے والی ادویات دیں جو جگر کی ان نالیوں کو بھی کھول دیں جن کے بند ہونے سے پت آنتوں میں نہیں اُترتی۔ ان میں بطور مُفردات ہرڑ، ترپھلا، کُٹکی (کوڑ) گھی کنوار اور نوشادر ہیں۔ دیگر مرکبات جو جگر سے پت کو خارج کر کے آنتوں میں لاتے ہیں وہ یہ ہیں:۔ نوائس لوہ، کُماری آسو، ابھیا ارشٹ،

اروگیہ وردھنی وٹی، کشتہ منڈور، پُنر نوادی منڈور، پُنر نوادی منڈور۔
"نوائس لوہ" خون کے سُرخ ذرات بڑھاتا ہے۔ بھوک لگاتا ہے صفرا
کو خارج کرنے میں مدد دیتا ہے۔ جگر کی اصلاح کرتا ہے۔
اگر ان ادویات کے ساتھ ترپھلا نوشادر وغیرہ بطور انوپان (بدرقہ)
دیا جائے تو ان سے زیادہ فائدہ حاصل ہوتا ہے۔

کھانسی (کاس یا سُرفہ)

اسباب ترش، تیل میں تلی اشیاء۔ اچار، تیز مسالحہ جات، انگور وغیرہ کے استعمال سے گلا، ناک و پھیپھڑوں کی جھلی میں سرسراہٹ سے سوزش ہونے لگتی ہے جس کے باعث کھانسی ہونے کی شکایت پیدا ہو جاتی ہے

علامات کھانسی دو طرح کی ہوتی ہے۔ بلغمی و خشک۔
بلغمی کھانسی میں سرسراہٹ سے جھلیوں میں سے بلغم رس کر نمودار ہوتی رہتی ہے اور کھانستے کھانستے بلغم بھی خارج ہوتی ہے
نیز نزلہ، زکام اور بخار بھی ہو جاتا ہے۔ جسم ٹوٹنا یا سر میں بھاری پن بھی
عام علامات ہیں۔
خشک کھانسی میں مریض بلغم خارج نہیں کرتا مگر کھانستے کھانستے وہ
بے حال ہو جاتا ہے۔ کالی کھانسی بھی اسی کی علیحدہ شاخ ہے جو ایک متعدی
بیماری ہے اور بالعموم کم عمر بچوں کو ہو جایا کرتی ہے۔

علاج بلغمی کھانسی کا علاج تالیس آدی چورن، کف کیتو رس،
کنک آسو، کشتہ مرجان، کشتہ ابرک سیاہ، کشتہ بارہ سنگھا

ونگادی وٹی، کھدرادی وٹی وغیرہ سے کریں

خشک کھانسی میں جھلی کو رطوبت دینے والی ادویہ دیں۔ مثلاً :-
ستو پلادی چورن، چندرامرت رس، ایلادی وٹی، چون پراش، دراکشا سو دیں۔
دراکشا سو و چون پراش کھانسی کے علاوہ پھیپھڑوں کو طاقت دینے میں بھی بے عدیل ہے۔ خشک کھانسی میں جب کہ پھیپھڑے کمزور ہو گئے ہوں تب ان کا استعمال بے حد مناسب رہتا ہے۔

دمہ (ضیق النفس)

اسباب دیرینہ کھانسی کی وجہ سے پھیپھڑوں اور سانس کی نالیوں کی دیواروں کی لچک، کم ہو جاتی ہے اور سختی پیدا ہو جاتی ہے۔ اس سے مریض کو سانس لینے میں سخت دشواری ہوتی ہے کیونکہ سانس لیتے وقت تنفس کی نالیاں پوری طرح نہیں پھیل پاتیں اور بے چینی و گھبراہٹ کا باعث بن جاتی ہیں۔ دم گھٹنے لگتا ہے۔ سخت قسم کی کھانسی پیدا ہونے سے پھیپھڑوں کی جھلیوں میں سرسراہٹ پیدا ہوتی ہے اور بلغم موجود رہتی ہے۔ نالیوں کا سخت ہونا۔ وائیو کی وجہ سے خشکی پیدا ہوتا ہے۔ اسی لئے سرما میں سرد ہوا سے یا برسات کے موسم میں دمہ کا دورہ زیادہ ہوتا ہے۔

اقسام دمہ کی دو اقسام ہیں (۱) بلغمی (۲) خشک

(۱) بلغمی دمہ میں مریض کی جھلیاں اور سانس کی نالیاں بلغم سے بھری رہتی ہیں۔ کھانستے کھانستے جب بلغم خارج ہوتی ہے تب مریض کو تسکین ملتی ہے

(۲) خشک دمہ میں مریض کھانستے کھانستے بے دم ہو جاتا ہے مگر

بلغم خارج نہیں ہوتی۔ اِس وجہ سے گھبراہٹ اور تکلیف محسوس ہوتی ہے۔

علاج شواس کُٹھار رس، ستو پلادی چُورن، تالیس آدی چُورن، چیون پراش، دراکشا سو، کنک آسو، بانسہ اولیہ، سِدھ مکر دھوج، ایلادی وٹی، کھدرادی وٹی، کل سینڈھور، کُشتہ بارہ سنگھا۔ کُشتہ تانبا۔ کُشتہ مور پنکھ وغیرہ

تپ دِق (راج یکھشما)

گرنتھوں میں اِس بُخار کو "کھشے" یعنی بے حد کمزور ہونا کہا گیا ہے۔ اس کا سبب ایک عرصہ تک بُخار کا قائم رہنا، بُخار کے ساتھ بلغم اور کھانسی ہوتی ہے۔ چُونکہ رس بخُوبی نہ پکنے کے سبب خُون نہیں بنتا اسی وجہ سے بلغم بکثرت پیدا ہونے لگتی ہے۔ بدن کو اپنی طاقت اور افعال برقرار رکھنے کے لئے جو غذائیت درکار ہوتی ہے وہ نہیں ملتی۔ اس لیے جسم میں خُون کی کمی سے دیگر دھاتوؤں میں کمی واقع ہونے کے سبب حد درجہ کمزوری آجاتی ہے۔ زیادہ کمزوری سے ہلکا ہلکا بُخار بھی محسوس ہوتا رہتا ہے۔ قُوتِ مدافعت (مرض کا مقابلہ کرنے والی طاقت) بھی آہستہ آہستہ شکست ہوتے ہوئے معدوم ہو جاتی ہے۔ ایلوپیتھک کے نظریئے کے مطابق تپ دق ایک مُتعدی مرض ہے جس کا سبب ایک خاص جرثومہ ہوتا ہے انگریزی میں اسے ٹیوبر کیولر بسلس (TUBERCULAR BASILAS) کہا جاتا ہے یہ خطرناک جراثیم جسم کے جس حصہ پر قابض ہوتے ہیں اُسے دیمک کی طرح چاٹ جاتے ہیں۔ مثلاً پھیپھڑوں، ہڈیوں، غدودوں (GLANDS) اور آنتوں کا تپ دق ہونا۔

علامات و اسباب تپ دق کا سب سے بڑا سبب عام جسمانی کمزوری، خون کم مقدار میں پیدا ہونا، بلغم کی زیادتی۔ ہلکا ہلکا بخار رہنا۔ بھوک نہ لگنا، قبض، جسمانی سستی، کثرتِ جماع، ویرج کا ختم ہونا، ناقص غذا (باسی یا جلی ہوئی، گلی سڑی یا بدبودار)، تنگ و تاریک بوسیدہ مکانوں میں رہنا، غم و فکر میں غلطاں رہنا، اُداسی، غصّہ وغیرہ

علاج اس مرض کے لئے سونے کے مرکبات و سونے کا استعمال بے حد مفید و اکسیر مانا گیا ہے۔ آیوروید گرنتھوں نے تپدق کے لئے "سونا" ایک واحد دوا تجویز کی ہے۔ سونا زبردست جراثیم کُش ہونے کے علاوہ مقوی بدن بھی ہے۔ اِس میں تپ دق کے خطرناک جراثیم کو آناً فاناً ہلاک کرنے کی طاقت موجود ہے۔ سونے کے مرکبات دینے سے تپ دِق کے جراثیم ہمیشہ کے لئے نیست و نابود ہو جاتے ہیں۔ اور مدقوق (دِق زدہ) روز بروز صحت و تندرستی کے عِلاوہ حیرت انگیز مسرت بھی محسوس کرنے لگتا ہے۔ اِس مطلب کے لئے آیوروید نسخہ جات کے مطابق تیار کردہ بسنت مالتی رس، سدھ مکر دھوج، کُشتہ سونا، کُشتہ موتی، شرنگار ابرک، کُشتہ موتی سیپ، کُشتہ ابرک سیاہ، دراکشاسو، چیون پراش، ستوپلادی چورن، سرد جوہر نوہ وغیرہ تپ دق میں دئے جاتے ہیں۔

فسادِ خون

خون، ہر جاندار کی صحت اور زندگی کی واضح شہادت ہے۔ یہ خوراک کے جزوِ بدن بننے کے ساتھ پیدا ہونے والا وہ جوہر ہے جس کے طفیل

جسمانی اعضاء اپنی اپنی غذائیت حاصل کرکے نشو ونما پاتے ہیں۔ جسم میں گندے و ناقص خون کے سبب مہلک امراض پیدا ہوتے ہیں نیز چہرے کی خوبصورتی میں بھی کافی فرق پڑ جاتا ہے۔

مختلف امراض کے جراثیم خون میں شامل ہو کر جسم کے رگ و ریشوں میں پھیل کر پرورش پاتے رہتے ہیں۔ کثافتِ خون سے کئی عارضے شروع ہو جاتے ہیں۔ لہٰذا حصول صحت و تندرستی کے لیے یہ ضروری ہے کہ خون کو جراثیم کی آلودگی سے پاک و صاف کیا جائے۔

زہریلے و گندے خون سے جلد پر مختلف قسم کے پھوڑے پھنسیاں نمودار ہو جایا کرتی ہیں۔ علاوہ ازیں خارش، داد (دھدّر)، چنبل، اگزیما وغیرہ بھی خون کے زہریلے تاثرات کی وجہ سے لاحق ہوتے ہیں۔ پھوڑے پھنسیوں میں سفید مواد (پاکا) کا پیدا ہونا جراثیم کی کثرت کی دلیل ہے۔

عام طور پر موسم برسات میں خون کے غلیظ ہونے سے ہی پھوڑے پھنسیوں کی شکایت پیدا ہوتی ہے۔ زیادہ میٹھی اشیاء کھانا یا گرم خشک غذا کے کھانے سے بھی خون میں بگاڑ آ جاتا ہے اور جراثیم کو پرورش پانے کا موقع ملتا ہے۔

علاج کڑوی اور ٹھنڈی نیز مصفی خون ادویات استعمال کرنا خون کے بگاڑ کو درست کرتا ہے۔ خون کی صفائی سے پھوڑے پھنسیاں خشک ہو کر قطعی طور پر رفع ہو جایا کرتی ہیں۔ زہریلے تاثرات بھی ختم ہو جاتے ہیں اور جلد صاف ہو کر نکھر آتی ہے۔

حصول علاج کے لیے رس مانکیہ، شدھ گندھک، سارِیوادی آسو، کھدِرارشٹ، مل سندھور، تال سندھور اور شدھ شن چورن دیں۔ بیرونی

استعمال کے لیے مرچ آدی تیل مفید ہے۔ یہ جراثیم کش ہونے کے علاوہ جلد کو بھی صاف کرتا ہے۔ خارش و پھنسیوں کو دُور کرتا ہے۔

ریاحی امراض

قدیم گرنتھوں میں ماہرینِ فن نے ریح (وائو) کے ۸۰ امراض تجویز کیے ہیں۔ اگر جسم میں وائو کم ہو تو کاہلی، سستی، پٹھوں (اعصاب) میں کھنچاؤ اور دیگر اعضاء کی نقل و حرکت میں کمی واقع ہو جاتی ہے۔

وائو کی کثرت سے جسم میں خشکی پیدا ہو جاتی ہے۔ جلد کی رنگت سیاہی مائل ہو جاتی ہے۔ پٹھوں و دیگر اعضا کا پھڑکنا (تشنج الاعضاء)، قبض، وجع المفاصل (جوڑوں کا درد)، ریگن، گنٹھیا، فالج، لقوہ، رعشہ وغیرہ کی شکایات بھی ظاہر ہو جاتی ہیں۔

ریح کے باعث اعصاب میں خشکی سے تشنج (اینٹھن) پیدا ہوتا ہے جو شدید درد کا باعث بن جاتا ہے۔

وائو یعنی ریح کی بدولت ہی آنتوں سے فضلہ خارج ہوتا ہے مثانہ سے پیشاب نکل کر عضوِ مخصوص کے سوراخ کی طرف جاتا ہے۔

ہاتھ پاؤں کی جنبش، پلکیں جھپکانا و دیگر حرکاتِ بدنی ریح (وائو) کی موجودگی سے ہوتے ہیں لہٰذا اسی بناء پر جب ریاحی امراض (وائو روگ) غالب ہوتے ہیں تب حرکاتِ بدن میں سستی پیدا ہو جاتی ہے اور سے تبھی اور مرد بہری کے ساتھ ساتھ انسان کاہل الوجود ہو جاتا ہے۔

ارنڈ کا تیل (کسٹرائل) پلا کر پیٹ کو گندے مواد سے صاف کر کے علاج کریں۔ اس سے قبض رفع ہو جاتی ہے اور ریاحی تاثرات

بھی کمزور و کم ہو جاتے ہیں۔ یوگ راج گوگل، مہا یوگ راج گوگل، وشمشٹی وٹی، ہنگواشٹک چورن، سدھ مکردھوج، رس سندھور، مل سندھور، کشتہ پارہ سنگھا، کشتہ شنگرف، وشمول ارشٹ، ایکانگ ویر رس بہترین ادویات ہیں۔
خارجی استعمال کے لئے مہانارائن تیل کی مالش کریں۔

سوزاک (گنوریا)

یہ چھوت دار مرض ہے جس میں پیشاب کی نالی متورم ہو کر اس سے پیپ آنے لگتی ہے۔ انسان کے سوا یہ مرض کسی اور جاندار کو نہیں ہوتا۔

اسباب شراب، مچھلی، گوشت، تیز و گرم مصالحہ جات کھانا۔ حائضہ (جسے حیض آرہا ہو) عورت سے مباشرت کرنا۔ فاحشہ عورتوں سے جماع کرنا۔

علامات یہ مباشرت کرتے وقت محسوس نہیں ہوتا بلکہ دو چار روز کے بعد پیشاب کے وقت جب تکلیف اور جلن ہوتی ہے تو پیشاب رک رک کر قطرہ قطرہ آنے لگتا ہے۔ تب نیلے رنگ کی پیپ خارج ہونے لگتی ہے۔ گاہے گاہے خون بھی جاری ہوتا ہے۔

علاج جراثیم کش، پیشاب آور اور مسکن ادویات دیں۔ چندر پربھا وٹی، سارپوادی آسو، اشیر آسو، چندن آسو، حسب تدبیر دیں۔

آتشک (سفلس)

اسباب۔ چھوت دار مرض ہے۔ نسلاً بہ نسلاً جاری رہتا ہے۔ اس

خبیث بیماری میں عضوِ مخصوص پر بٹن کی مانند زخم و سوراخ ہو جاتا ہے۔ اِس میں سے رِسنے والا زہریلا مواد جس جگہ لگتا ہے وہیں جلن و سُرخی پیدا کرتا ہے۔ مریض کو جسم میں آگ لگی ہوئی محسوس ہوتی ہے۔ فاحشہ عورتوں سے جماع کرنا اس مرض کا سب سے بڑا سبب ہے۔

عِلاج امیر رس، ساریوادی آسو، تل سِندھور، تال سِندھور، تام سِندھور، رس مانک وغیرہ دیں۔

کمیٔ خوُن (اینیمیا)

علامات چہرے پر پیلا پن، ہونٹوں کی پژمُردگی، ناخنوں پر سفیدی، جسم میں کاہلی، دِل و دماغ کی کمزوری، کام کاج میں جلد تھکاوٹ محسوس ہونا، سر چکرانا، ہاتھ پاؤں پھُولنا۔

انسانی خون میں سُرخ ذرّات کی موجودگی فولاد کے جُزو کی دلیل ہوتی ہے فولاد سانس کی نالیوں میں آکسیجن کے ساتھ مِل کر بکثرت سُرخ ذرات پیدا کرتا ہے جن کی بدولت چہرے پر سُرخی و شادابی کا نکھار ہوتا ہے۔ خون کی موجودگی سے چہرے کا حُسن اور نظامِ جسم قائم ہے

اسباب خُون میں فولاد کی کمی اور جگر کے فعل کی سُستی میں صُفراء (پت) خُون میں شامل ہو جاتا ہے جس سے خُون میں سُرخی کم ہو جاتی ہے اور پیلا پن نمودار ہونے لگتا ہے۔ موجودہ روشنی میں اسے سفید ذرّات کی کثرت کہتے ہیں۔ خُون میں فولاد کے ذرّات کی کمی سے اعضائے جسم کی مکمل طور پر پرورش نہیں ہوتی اور یہی وجہ ہے کہ تمام جسم میں کاہلی و کمزوری محسوس کی جاتی ہے۔

علاج فولادی مرکبات کا استعمال خون میں فولاد کے جزو کی کمی کو پورا کرتا ہے۔ چہرے پر رونق آنے لگتی ہے اور جسم میں طاقت وچستی پیدا ہو جاتی ہے۔ فولاد جگر پر اثر انداز ہو کر صالح خون پیدا کرتا ہے اور جملہ عوارض کو رفع کر دیتا ہے۔

کشتہ فولاد، کشتہ منڈور، کشتہ کسیس، نوائس لوہ، کماری آسو، چندر آدی، منڈور، چندر پر بھاوٹی وغیرہ سے کمی خون کا علاج کیا جاتا ہے۔

امراضِ مرداں

جسم وصحت کی برقراری میں جن سات دھاتوؤں کو دخل ہوتا ہے اُن میں ویرج کا مقام سب سے زیادہ اہم ہے۔ گرنتھوں میں مرقوم ہے کہ ویرج جوہر اعظم ہے اِس کی حفاظت سے زندگی بڑھتی ہے اور اِس کے ضائع کرنے سے موت قریب آتی ہے۔

ویرج کا اخراج محض حصولِ عیش وعشرت ہی نہیں بلکہ افزائشِ نسل (اولاد پیدا کرنا) بھی ہے۔ ویرج کو صرف مؤخر الذکر یعنی اولاد حاصل کرنے کے لئے ہی خارج کرنا چاہیئے۔

لذت کوشی کے لئے اس قیمتی شئے کو برباد کرنا صحت وتندرستی اور حُسن وزندگی کو ختم کرنا ہے۔ ویرج کی کمی سے تمام جسم میں کمزوری آجاتی ہے۔ نظر، دل، دماغ، گردہ، مثانہ، جگر، معدہ سب ضعیف ہو جاتے ہیں۔ ابتدا میں اِن کمزوریوں کا غلبہ محسوس نہیں ہوتا۔ رفتہ رفتہ جب تمام طاقتیں بے حس اور بیکار سی معلوم ہونے لگتی ہے تب کہیں ویرج ضائع کرنے کی عظیم غلطی کا احساس ہوتا ہے۔

ویرج کے خارج ہونے کا سب سے بڑا اور قدرتی ذریعہ جماع ہوا کرتا ہے۔ علاوہ ازیں دیگر ذرائع غیر قدرتی ہوتے ہیں مثلاً مشت زنی۔ اغلام بازی وغیرہ۔ لڑکپن میں مشت زنی اور اغلام بازی کے سبب ویرج کچی حالت میں ہی کافی مقدار میں خارج ہو جاتا ہے۔ نتیجہ کے طور پر ویرج پتلا (رقیق)، اعصاب کمزور اور سست، مثانہ میں گرمی، گردوں میں کمزوری، جگر کے فعل میں سستی واقع ہو جاتی ہے۔ پٹھوں کی سستی سے عضو مخصوص میں بھی کمزوری آ جاتی ہے۔ اس میں رکاوٹ کی طاقت بھی کم ہو جاتی ہے۔ فحش کلامی، بری صحبت، سینما، پراگندہ خیالات، جنسی ہیجان، فحش ناول وغیرہ کے باعث رات کو خواب میں منتشر خیالات دماغ پر دباؤ ڈالتے ہیں۔ دماغ تخیلِ جنس سے مغلوب ہو جاتا ہے اور آلاتِ منویہ وعضوِ تناسل (اندری) میں تناؤ اور بیداری پیدا کر دیتا ہے جس کے سبب خواب کی حالت میں (بلا مقاربت) از خود ویرج خارج ہو جاتا ہے۔ اس حالت کو بدخوابی، سوپن دوش یا احتلام کہتے ہیں، جو ایک مردانہ مرض ہے۔ اس کی کثرت سے سرعت انزال اور نامردی کی شکایت ہو جایا کرتی ہے۔

جریان

ویرج خارج ہونے کا راستہ مثانہ سے آگے عضوِ مردانہ کی جڑ میں کھلتا ہے اور بوقتِ مباشرت جب انزال ہوتا ہے تو از خود یہ راستہ کھل جاتا ہے تاکہ ویرج پیشاب کی نالی کی طرف جا سکے۔ اس راستہ کے ویرج کے ساتھ ایک سفید رطوبت بھی شامل ہو جاتی ہے جو

وِیرج کو باہر نِکلنے میں اِمداد کرتی ہے۔ یہ رطُوبت پیشاب کی نالی اور راستے کو نرم بنا دیتی ہے۔ جنسی خیالات کی پراگندگی اور پٹھوں کی کمزوری کے باعث خُصیئے مصرُوف ہو جاتے ہیں اور وِیرج کچھ مقدار میں پیشاب کی نالی کے راستے میں آ جاتا ہے اور اسی وقت عضوِ مخصُوص کی جڑ کے غدود (پراسٹیٹ گلینڈز) بھی اپنا عمل شروع کر دیتے ہیں۔ ان کی رطُوبت بھی وِیرج کے ساتھ مِل کر باہر نِکل آتی ہے۔ اِسے جریانِ منی کہتے ہیں۔ پاخانہ کے وقت زور لگانے سے وِیرج والی نالیوں پر دباؤ پڑتا ہے جس سے وِیرج خارج ہو جاتا ہے۔ جریان کا ایک سبب قبض بھی ہوتا ہے۔ گرم یا خُشک غذائیں کھانا بھی جریان پیدا کر دیتا ہے۔

سُرعتِ انزال

وِیرج کے پتلے پن و مقامی پٹھوں کی سُستی سے جماع کے وقت بغیر لذّت وِیرج جلد خارج ہو جاتا ہے۔ اِس میں جنسی مِلاپ کی بے تابی اور شہوانیہ جذبے کا غلبہ ویرج کو جلد از جلد خارج کر دیتا ہے۔ مُباشرت کے لئے ضروری ہے کہ جنسی معلُومات سے واقفیت حاصل کی جاسکے تاکہ جنسی وظیفہ کار میں کوئی خامی نہ رہے۔ سُرعتِ انزال درحقیقت ایک طرح کا نامکمل جماع ہوتا ہے اور نامردی کی وجہ بن جاتا ہے۔

نامردی

تین طرح کی ہوتی ہے۔ (۱) صُحبت کے وقت عضو میں کمزوری آجانا (عضوی)۔ (۲) صُحبت کے وقت عضُو میں شہوت کے جوش کی

کمی (نفسیاتی)۔ (۳) وِیرج کا پتلاپن، سرعت انزال، پٹھوں کی کمزوری وغیرہ (وظیفی)۔

عِلاج جریان، احتلام اور سُرعت انزال کے لیئے وِیرج کو گاڑھا کرنے والی دوائیں دیں۔ مثلاً کُشتہ قلعی، کُشتہ تردھاتا، کُشتہ مُونگا، کُشتہ سیسہ، سورن بنگ ستاوری چوُرن، مُوصلی پاک، مُوصلی چوُرن۔

نامردی کے لیئے کُشتہ سونا، کُشتہ شِنگرف، کُشتہ سنکھیا۔ کُشتہ تانبا، رس سندُھور، سِدّھ مکر دھوج، اشوگندھا ارِشٹ دیں۔

ذیابیطس (مدُھومیہہ)

پیشاب کے ساتھ مِٹھاس کا خارج ہونا

علامات پیشاب کی کثرت، بار بار اور زیادہ مقدار میں آنا، پیاس کی شِدّت وغیرہ۔

وجہ یہ ہے کہ جگر کے فعل کی کمزوری سے جگر زیادہ میٹھی چیزوں کے رس کو خون میں مِلنے سے روک نہیں سکتا اور مٹھاس خوُن میں داخل ہو جاتی ہے۔ خوُن اِس مِٹھاس کو باہر نکالنا چاہتا ہے اور وُہ اِس مٹھاس یعنی شکر کو بذریعہ پیشاب باہر نکالتا ہے۔ پیشاب کی زیادتی سے جسم میں پانی کی ضرورت ہو جاتی ہے۔ اِس لیئے پیاس بھی زیادہ لگتی ہے۔ بس یہی دو علامات ہیں جو مرض ذیابیطس کو ظاہر کرتی ہیں۔

عِلاج بسنت کُسماکر رس، کُشتہ سونا اور سِدّھ مکر دھوج دیں۔ یہ طاقتور رس جسم میں طاقت پیدا کر کے نظامی بدنی

پر قابو پا لیتے ہیں۔ پیاس کی شدت بھی کم ہو جاتی ہے۔ پیاس کم لگنے سے پیشاب بھی کم خارج ہو گا۔

دماغ اور اس کے امراض

اگر جسم ایک سلطنت ہے تو دماغ اس کا حکمران ہے۔ حواسِ خمسہ (دیکھنا، سُننا، چھونا، چکھنا، سونگھنا) کا تعلق بھی دماغ سے وابستہ ہے۔ دماغ تمام طاقتوں کا مرکز ہوتا ہے۔ اگر دماغی کمزوری ایک عرصہ تک رہے تو اس عرصہ میں دماغی عوارض مثلاً فالج، سکتہ، جمود، مرگی، مالیخولیا اور پاگل پن وغیرہ آگھیرتے ہیں اس لیے جب کبھی دماغی کمزوری محسوس ہو اس کا فوراً تدارک کرنا چاہیے۔

دماغ کو کمزور بنانے والی مندرجہ ذیل وجوہات ہوتی ہیں:۔
جماع کی کثرت، رات زیادہ جاگتے رہنا، لہسن، پیاز، ہینگ زعفران اور گرم مصالحہ جات کا زیادہ استعمال، تمام طرح کے کھٹے کھانے، گرم خشک غذائیں، حقہ، تمباکو نوشی، سبزیوں میں بینگن، میتھی کریلا مضر دماغ ہیں۔

زیادہ جُلاب لینے اور زیادہ پسینہ آنے سے بھی دماغ کو نقصان پہنچتا ہے۔
مندرجہ ذیل غذائیں دماغ کو تر و تازہ اور صحت مند بناتی ہیں:۔
گائے کا مکھن یا گھی، مغز بادام شیریں، سونف، تمام مغزیات از قسم ناریل، اخروٹ، پستہ وغیرہ، گاجر، شلجم، برہمی بوٹی، بالائی، گھیا توری، پیٹھہ، کستوری، بریانی، کھیر، الائچی خورد، یخنی پلاؤ، ورق چاندی، خیرہ۔ خوشبویات سونگھنا، پھولوں کی بہار سے لطف اٹھانا، سبزہ دیکھنا،

جسم اور سر پر مالش کرنا، غسل کرنا، فکر و تردّد سے بے نیاز رہنا، غم اور غصے کو نزدیک نہ آنے دینا — یہ سب دماغی ترقی اور طاقت میں امداد کرتے ہیں۔

دماغی کمزوری کے لئے مندرجہ ذیل آیورویدِ مرکبات مفید ہوتے ہیں:-
سِدھ مکردھوج، کُشتہ سونا، کُشتہ چاندی، کُشتہ مرجان، دراکشاسو، برہمی گھرت، اشوگندھا ارشٹ، دِشمشٹی وٹی وغیرہ

دِل کے امراض

دماغ کے بعد دل کا مقام آتا ہے۔ دِل حرارتِ غریزی کا سرچشمہ ہے، دِل کے مصروف رہنے سے تمام جسم کی مشنری درست رہتی ہے۔
دِل جسم کا وہ عضو ہے جس پر زندگی کا انحصار ہوتا ہے اور سب سے پہلے یہی حرکت میں آتا ہے، موت کے وقت یہی ساکن ہو جاتا ہے، یہ بظاہر تو ایک مٹھی بھر گوشت کا لوتھڑا ہے مگر اپنے اندر ایک دُنیا لئے ہوتا ہے جس میں خون و حرارت کے ساتھ مِلا جُلا ایک جذبہ بھی ہوتا ہے اور اس کی ہزاروں شاخیں ہوتی ہیں۔

چونکہ دِل اندیشوں، افکار، حزن و ملال اور افسردگی سے جلد متاثر ہو کر خائف ہو جاتا ہے۔ اس سبب سے دل کی طاقت کے لئے بے فکری، خوش مزاجی اور زندہ دلی درکار ہے۔

کمزور دلِ والے کو دل کے دورہ کا حملہ زندگی سے دُور لے جاتا ہے۔ پہلے پہلے معمولی غشی ہوتی ہے۔ پھر مریضِ دل ہمیشہ کی نیند

سو جاتا ہے۔

دِل جسم کے ہر حصّہ کو خُون پہنچاتا ہے اس لئے ہر حصّہ سے آشنا ہوتا ہے۔ اگر جسم کے کسی حِصّہ ناک، مُنہ، زخم، پیشاب وغیرہ کے راستہ خُون خارج ہو تب بھی دِل کمزور ہو جاتا ہے اور اس کی حرکات سُست پڑ جاتی ہیں، کثرت مباشرت سے بھی دِل کمزور ہو جاتا ہے، گرم آب و ہوا، گرم خوراک، شراب نوشی، نشہ کا استعمال، سُرخ مرچ، گندا لباس پہننا، تاریک مکانوں میں رہنا، غم و غصّہ کرنا، خوف زدہ رہنا، مباشرت کے بعد غُسل نہ کرنا، کمزوریٔ دل کے اسباب ہیں۔

دِل کو طاقت اور اور فرحت پہنچانے کے لئے حسب ذیل ذرائع مفید ہوتے ہیں:۔

کافور، صندل، دھوپ، اگر بتّی، عطریات اور پھول سونگھنا، زود ہضم غذا اور پھل کھانا، تربوز، گاجر، آملہ، انناس، امرود، انار، گرما پھل، انگور، گلاب، عرق بید مُشک سیر و نظارہ کرنا۔

آیورویدمرکبات یہ ہیں:۔

بِدھ مکر دھوج، کُشتہ سونا، کُشتہ چاندی، کُشتہ عقیق لکشمی ولاس رس، ارجن ارشٹ وغیرہ

بچّوں کی دیکھ بھال

دراصل بچّے کی دیکھ بھال اور پرورش کا کام اُسی روز سے شروع ہو جاتا ہے جب کہ وہ ماں کے پیٹ میں حیاتیاتی کیڑے کی صورت میں ٹھہر جاتا ہے۔ اِس دَوران گربھ وتی ماں کی غذا، لباس اور عادات کا بہت گہرا اثر گربھ میں جنین پر پڑتا ہے۔ اِس لئے یہ نہایت ضروری ہے کہ گربھ وتی کی غذا، لباس اور عادات پر خاص توجّہ دی جائے تاکہ بچّہ جسمانی اور دماغی طور پر اچھی طرح نشو و نما پا سکے۔

نو ماہ ماں کے گربھ میں آرام کر لینے کے بعد جب بچّہ اِس دُنیا میں پہلی بار آنکھ کھولتا ہے تو یہ اُس کی نئی، پُر مسرت زندگی کا پہلا مُبارک دن ہوتا ہے۔ اس دن گھر بھر میں خوشیاں منائی جاتی ہیں، رشتہ داروں اور دوستوں میں مٹھائیاں بانٹی جاتی ہیں اور اظہارِ خوشی کے لئے دعوتوں کے ساتھ ساتھ شادیانے بھی بجائے جاتے ہیں۔

آخر کیوں نہ ہو!

بچّہ گھر تو کیا، خاندان بھر کی رونق ہوتا ہے اور اس "رونق" کی حفاظت کرنا ماں باپ کا سب سے بڑا فرض ہے۔ کیونکہ بچّے صرف خاندان اور نسل کو ہی نہیں بڑھاتے بلکہ یہ قوم اور ملک کی ترقی کی رفتار میں بھی بہت بڑا کام کرتے ہیں

یہ مت بھولئے کہ:

بچّے صرف بچّے نہیں بلکہ یہ مستقبل کے باپ ہیں۔ اگر ان کی جسمانی

اور دماغی صحت غیر معمولی طور پر بہتر اور درست ہوگی تو یہ بڑے ہو کر ذمہ داریوں کا بھاری بوجھ آسانی سے برداشت کر سکیں گے۔

بچے کی پرورش اور صحت کی دیکھ بھال میں کبھی بھی لاپرواہی سے کام نہیں لینا چاہیئے کیونکہ مشاہدے سے پتہ چلتا ہے کہ بہت سی قیمتی جانیں صرف غفلت کی وجہ سے ہی ضائع ہو جاتی ہیں۔ ایک انگریز فلاسفر کا قول ہے کہ:- "BABIES DO NOT DIE THEY ARE KILLD"

یعنی "بچے اپنے آپ نہیں مرتے بلکہ انہیں مارا جاتا ہے"

اِس تجربہ کار فلاسفر کے قول میں بے شمار تلخ تجربوں کی سچائی چھپی ہوئی ہے مگر ہمارے والدین قسم کے لوگ کوئی بھی الزام خود پر نہیں لیتے۔ یہ لوگ دودھ پینے والے کم عمر معصوم بچوں کی پرورش اور عام دیکھ بھال کے اصولوں سے ذرا بھی واقف نہیں ہوتے، اِس لئے جب کوئی اچانک مصیبت بن جاتی ہے تو اِس کی ساری ذمہ داری قدرت پر ڈال دیتے ہیں۔

اگر اِن حالات کا غور سے جائزہ لیا جائے تو معلوم ہو جائیگا کہ معصوم بچوں کی بیماری اور مصیبتوں کا سب سے بڑا سبب خود اُن کے "ماں باپ" ہوتے ہیں۔ اس ضمن میں بھی سب سے بڑی ذمہ داری "ماں" پر عائد ہوتی ہے۔ ایک تجربہ کار، دانا، ہوشیار، سُگھڑ اور اصولِ صحت سے واقف ماں اپنے بچے کی سب سے بڑی ہمدرد، دوست اور اُستاد (گورو) ہوتی ہے۔ برخلاف اس کے بے وقوف، نادان، پھوہڑ اور اصولِ صحت سے قطعی ناواقف ماں اپنے بچے کی

بہت بڑی دشمن ہوتی ہے۔

اِس حقیقت کی روشنی میں

یہ صاف ظاہر ہوتا ہے کہ ماں کی اہمیت اور قدر بہت زیادہ ہے۔ ہمارے آیوروید اور ہندو سنسکرتی کے گرنتھوں میں اِسی لئے تو "ماں" کو پرتھم گورو یعنی پہلا اُستاد کہا ہے اور اِس کی خدمت بجا لانا ہر انسان کے لئے ضروری قرار دیا گیا ہے۔ قرآن شریف میں بھی لکھا ہے کہ "ماں کے قدموں کے نیچے جنّت (سورگ) ہے"۔

اس لئے ہر سمجھدار ماں کا فرض ہے کہ وہ جہاں دُوسرے گھریلو کاموں کے بارے میں تربیّت حاصل کرتی ہے یا دلچسپی رکھتی ہے وہاں اُسے اپنے پیارے بچّے کی حفاظت اور اس کی صحت کی دیکھ بھال کے متعلق بھی کچھ نہ کچھ ضرور واقفیّت حاصل کرنی چاہیئے تاکہ وہ اس کی قیمتی زندگی اور تندرستی پر آنچ نہ آنے دے۔

جب کہ یہ ضروری سمجھا جاتا ہے کہ کپڑا سینے سے پہلے جسم کے مطابق ناپ تول کر کاٹا جائے۔ کیاریوں میں خوبصورت پھولوں کے بیج ڈالتے وقت، مٹی اور موسم کو دیکھا جاتا ہے۔ پھر دِل و جان سے کیاریوں کو پانی دیا جاتا ہے۔ کھانا بناتے وقت ہر پکوان کے متعلق باقاعدہ سوچ وچار کی جاتی ہے اور ان تمام کاموں کے لئے باقاعدہ تربیت بھی حاصل کی جاتی ہے۔

تو پھر کیا یہ ضروری نہیں کہ

بچّوں کی ماؤں کو بھی بچّے کی پرورش، خوراک، اس کی حفاظت اور دیکھ بھال کی بھی تربیت حاصل کرنی چاہیئے۔

اس وقت مجھے اُس تجربہ کار انگریز فلاسفر کا قول پھر یاد آ جاتا ہے کہ :- "بچے اپنے آپ نہیں مرتے بلکہ اُنہیں لاپرواہی سے مارا جاتا ہے"!

ذرا غور سے سوچیئے تو آپ کو معلوم ہو جائے گا کہ اِس قول میں کتنی بڑی سچائی ہے۔

لڑکیوں کے اسکولوں میں اُنہیں الجبرا اور جیومیٹری بھی پڑھائی جاتی ہے، حالانکہ اُن لڑکیوں کو اِن مضامین کا کوئی فائدہ نہیں ہوتا۔ جنہوں نے تعلیم مکمل کر لینے کے بعد گھر کا کام سنبھالنا ہوتا ہے۔ پھر یہ مضمون گھر گرہستی کی گاڑی چلانے میں بھی کوئی مدد نہیں دے سکتے۔

یاد رکھیئے۔ "آج کی لڑکیاں کل کی مائیں ہیں"

اِس لئے اُنہیں ایسی عمدہ تربیت چاہیئے جس سے وہ اپنا، اپنے بچوں، اپنے خاندان اور اپنے مُلک کا بھلا کر سکیں۔

مُلک کے پانچسالہ پلان میں اناج کی پیداوار بڑھانے، نئے کارخانے لگانے، نئی سڑکوں اور ریلوں کا جال بچھانے وغیرہ ترقی کی اسکیموں پر اربوں روپیہ خرچ کیا جا رہا ہے اور اِس کی بدولت ہمارا راشٹریہ دھن نہایت تیزی سے بڑھتا جا رہا ہے۔ مگر اِس ترقی کے ساتھ ساتھ "بچے" بھی اِسی تیزی سے پیدا ہوتے جا رہے ہیں مگر افسوس کہ مُلک اور قوم کے اِن نونہالوں کی طرف بہت ہی کم دھیان دیا جاتا ہے۔ یہ "بچے" راشٹر کا انمول دھن ہیں۔ اِن کی حفاظت اسی طرح ضروری ہے کہ جس طرح ایک ہوشیار اور تجربہ کار مالی اپنے

باغیچہ میں لگے ہوئے پھولوں کی دل وجان سے حفاظت کرتا ہے اُنہیں ہر روز عین وقت پر پانی دیتا ہے، خوبصورت خوشبودار پھولوں کی حفاظت کے لئے اُن کے اردگرد جنگلہ کھڑا کر دیتا ہے۔ اگر کوئی پودا سُوکھنے لگے تو پریشان ہو اُٹھتا ہے۔ ذرا دیکھئے تو، مالی پودوں اور پھُولوں کو اپنی جان کی طرح عزیز سمجھتا ہے۔ اسی طرح ایک ماں کو اپنا بچّہ بھی جان سے کہیں زیادہ عزیز ہوتا ہے۔ اس لئے ماں کا سب سے بڑا فرض یہی ہے کہ وُہ اپنے لاڈلے، معصوم اور پیارے بچّے کی غور و پرداخت، پرورش، نشوونما، خوراک، لباس اور صحت کا پُورا پُورا دھیان رکھے۔

مگر یہ تبھی ہو سکتا ہے۔

جب کہ بچّے کی ماں صحت کے اصُولوں، تدبیروں اور تجویزوں سے اچھی طرح واقف ہو۔

دُودھ پینے والے بچّے کی صحت، تندرستی اور زندگی کا تمام دارومدار صرف ماں کے دُودھ پر ہوتا ہے۔ اگر بچّے کو ٹھیک، وقت پر باقاعدگی سے دُودھ پلایا جائے تو بچّہ کبھی بیمار نہیں ہو سکتا۔ اور دُودھ کی خاصیت یہ ہونی چاہیئے کہ دُودھ صاف بے عیب اور عمدہ ہو۔ اِس مطلب کے لئے بچّے کی ماں کی خوراک بھی اچھی ہونی چاہیئے۔

اگر ایک روتے ہوئے بچّے کو چُپ کرانے کے لئے اُسے دُودھ پلایا جائے تو یہ ایک بہت بڑی غلطی ہوگی، کیونکہ اس طریقے سے بچّے کی اصل تکلیف دُور نہیں ہو سکے گی بلکہ بچّہ بے وقت ضرورت سے زیادہ اور زبردستی دُودھ پی کر اور زیادہ بیمار ہو جائے گا۔

بلا وجہ اور بے وقت دُودھ پلانے سے بچّہ کا کمزور اور نازک معدہ خراب ہو کر اُسے بدہضمی، اپھارہ وغیرہ کے ساتھ کئی بیماریاں دبوچ لیں گی۔

کیونکہ قاعدہ یہ ہے کہ جب بچّے کو دُودھ پلایا جاتا ہے تو وہ تین گھنٹے کے بعد ہضم ہوتا ہے اور اگر اس عرصہ کے اندر دوبارہ دودھ پلایا جائے تو اس سے معدہ میں گڑبڑ ہو جاتی ہے اور نظام ہاضم خراب ہو جانے سے بچّہ کمزور رہنے لگتا ہے کیونکہ معدہ میں پہلے کا پلایا ہوا نیم ہضم شدہ اور غیر ہضم شدہ دُودھ دونوں مل کر ایک نئی مصیبت کا باعث بن جاتے ہیں۔ اِس لیئے یہ احتیاط برتنی چاہیئے کہ جب تک پہلے کا پلایا ہوا دُودھ ہضم ہو کر آنتوں میں نہ چلا جائے تب تک دُوسری بار دُودھ نہیں پلانا چاہیئے۔

OBSERVATION اور تجربہ کی بنا پر ثابت ہوا ہے کہ اگر بچّے کو صحیح طریقہ پر دُودھ پلایا جائے تو بچّہ بیماریوں سے محفوظ رہ سکتا ہے۔ اور اگر اِس احتیاط کے باوجود بچّے کے پیٹ یا معدہ میں کوئی نقص یا گڑبڑ معلوم ہو تو اس کا سبب بچّے کو دیئے جانے والے دُودھ میں ڈھونڈنا چاہیئے۔

اچھّے اور عمدہ دُودھ کی پہچان کے لیئے کسی خوردبین یا مشین کی ضرورت نہیں اور نہ ہی کسی بیالوجسٹ (BIOLOGIST) کی اِمداد، چاہیئے۔ اس کی سیدھی سادی پہچان یہ ہے کہ اچھا دُودھ صاف، سفید، میٹھا اور خوشبودار ہوتا ہے اور پانی میں ڈالنے سے فوراً حل ہو جاتا ہے۔ ایسا شدھ دُودھ بچّوں کے لئے امرت ہے۔

خراب اور ناقص دُودھ کے تین سبب ہوتے ہیں۔ وایو، پت،

اور کف کا بڑھنا - اگر دُودھ میں وائیو کی وجہ سے نقص ہو تو دُودھ پانی میں ڈالنے سے تیرنے لگتا ہے - اگر اس دُودھ کو بچہ پی لے تو اس کے پیٹ میں اپھارہ، درد اور تکلیف ہوگی، پاخانہ پتلا، جھاگدار خارج ہوگا اور پاخانہ کرتے وقت وائیو کے خارج ہونے کی آواز آئے گی۔

دُودھ میں پت کی خرابی سے دُودھ پانی میں ڈالنے سے پیلے رنگ کی دھاریاں چھوڑتا ہے - اگر اسے بچّے کو پلایا جائے تو بچہ فوراً قے کے ذریعے اُلٹا دیتا ہے۔ بچّے کا پاخانہ گرم، پیشاب پیلا اور گدا (مقعد) کے مُنہ پر سُرخی اور پھنسیاں ہو جائیں گی۔

دُودھ میں کف کے خلل سے یہ پانی میں ڈالنے سے ڈُوب جاتا ہے۔ بچّے کو دیا جائے تو پاخانے کی رنگت سفید ہوتی ہے، پیشاب جم جاتا ہے، بھُوک کم لگتی ہے، طبیعت سُست رہتی ہے اور بچہ اُداس اُداس رہنے لگتا ہے

ناقص اور خراب دُودھ بچّے کو ہرگز ہرگز نہیں پلانا چاہیئے، اس سے بچّے کی صحت پر اتنا بُرا اثر پڑتا ہے کہ اُس کی زندگی خطرے میں پڑ جاتی ہے

یاد رہے کہ :-

بچّوں کا جسم اور اُس کے دُوسرے اعضاء ذکی الحس اور نرم و نازک ہوتے ہیں، چنانچہ انہیں جب زیادہ مقدار میں دُودھ دیا جاتا ہے تب ان کا معدہ زائد دُودھ کو قبول کرنے سے انکار کر دیتا ہے، اور دُودھ قے کی صورت میں یا دستوں کی شکل میں معدہ سے باہر نکل جاتا ہے۔

بچّوں کو ہونے والی عام چھوٹی چھوٹی بیماریوں یا شکایتوں میں ڈاکٹروں کی تیز اثرات والی زہریلی دواؤں کا سہارا نہیں لینا چاہیئے

کیونکہ انگریزی دوائیں بچّوں کے نازک جسم اور نرم اعضاء پر بُرا اثر چھوڑتی ہیں۔ اس طرح بچّہ بجائے صحت یاب ہونے کے دوسری کئی خطرناک بیماریوں کا شکار ہو جاتا ہے۔

مگر افسوس تو اس بات کا ہے کہ

آج کل کی نئی تہذیب اور نئی روشنی کی مائیں ڈاکٹروں کی خوبصورت شیشیوں، انجکشنوں اور مہنگے علاج کو اپنی امیری، شان اور فیشن کا ایک اہم حصّہ سمجھتی ہیں، معمولی پیٹ درد، سردرد یا دستوں کی شکایت ہونے پر بھی ڈاکٹروں کے پاس علاج کرانے چلی جاتی ہیں۔

آہ! وہ زمانہ کہاں، جب کہ گھروں کی بڑی بوڑھی مائیں بچّوں کی دیکھ بھال اور ان کی عام معمولی بیماریوں کے علاج سے اس قدر واقف ہوا کرتی تھیں کہ ان کی تجربہ کاری پر کسی بڑے وید یا ڈاکٹر کو بھی حیرت ہوا کرتی تھی ـــــ یہ دانا مائیں گھروں میں رکھی ہوئی سونف، ہلدی، کھجور، اجوائن، سیپ رسونت، سُہاگہ اور پھٹکڑی وغیرہ سے ہی بچّوں کی تمام بیماریوں کا علاج آسانی سے کر لیا کرتی تھیں۔

آج کے زمانے میں اتنی ہوشیار اور عقلمند مائیں بہت کم ملتی ہیں۔ میں موجودہ زمانے کی نئی ماؤں کی واقفیت کے لئے چند ایک مُفید گھریلو ٹوٹکے درج کرتا ہوں جو آسانی سے بنا کر استعمال کئے جا سکتے ہیں:۔

۱- ہرڑ: ہرڑ کو آیوروید میں رسائن کہا گیا ہے۔ یہ بچّوں کے کمزور معدہ کو طاقتور بناتی ہے، دُودھ ہضم کرنے میں مدد دیتی ہے اور پاخانہ باندھ کر لاتی ہے۔

طریقہ:۔ پہلے ہرڑ کو سل پر پانی کی مدد سے گھس کر بعد میں

تھوڑا سا کچور اور کالا نمک گھس کر باریک کریں، دن میں دو بار چٹائیں۔

۲۔ رسونت برسات کے موسم میں خون کی خرابی سے بچوں کے نازک جسم پر پھوڑے پھنسیاں پیدا ہو جاتی ہیں

طریقہ :۔ رسونت کو گھس کر پھوڑے پھنسیوں پر لگائیں۔ اور رسونت کو گھس کر چٹائیں۔ اس سے خون صاف ہوتا ہے، پیٹ کے کیڑے مر جاتے ہیں، ککروں میں آنکھوں پر لیپ کرنے سے ٹھنڈک پڑتی ہے اور ککرے ختم ہو جاتے ہیں۔

۳۔ سہاگہ گلے کی خرابی، بلغم کی زیادتی، بلغمی کھانسی، بلغم کا سینہ میں جم جانا۔ یہ سب کچھ سہاگہ دور کرتا ہے۔

طریقہ :۔ سہاگہ سفید کو توے پر بھون لیں۔ اب اسے دو رتی کی مقدار میں لے کر شہد میں ملا کر چٹائیں۔ مسوڑھوں پر ملنے سے دانت آسانی سے نکلتے ہیں۔

۴۔ سونف اپھارہ، بد ہضمی، دودھ الٹنا، پیٹ درد وغیرہ میں مفید ہے۔ تھوڑی سی سونف توے پر بھون لیں اور اس میں کھانڈ ملا کر باریک کر لیں اور تھوڑا تھوڑا کر کے چٹائیں۔ سونف کا عرق یا سونف کو دودھ میں ابال کر بھی دیا جا سکتا ہے۔

۵۔ سیپ موتی موتی سیپ عمدہ قسم کا کیلشیم (CALCIUM) ہے۔ بچوں کو دانت نکلنے کے وقت جو تکلیفیں ہوتی ہیں انہیں دور کرتا ہے، ہڈیوں کو مضبوط بناتا ہے اور کمزور بچوں کے لئے مفید ہے۔ گرمیوں میں گھس کر چٹانا دل کو طاقت دیتا ہے نیز بخار کے ٹمپریچر کو کم کرتا ہے۔

طریقہ:- سیپ موتی کو سِل پر گھس لیں اور اس میں قدرے دودھ یا شہد مِلا کر چٹائیں۔

۶- نمک سیاہ پیٹ سے ہوا کو خارج کرتا ہے، بھوک بڑھاتا ہے اور ہاضم ہے۔

طریقہ:- تھوڑا سا نمک پانی میں حل کر کے پلائیں یا ہرڑ کے ساتھ گھِس کر چٹائیں۔

۷- اجوائن قدرے گرم ہے۔ ہاضمہ کی خرابی اور نقص دُور کر کے بھوک بڑھاتی ہے اور پیٹ کے کیڑے ہلاک کرتی ہے

طریقہ:- اس کا عرق نیم گرم کر کے پلایا جاتا ہے۔

۸- زہر مہرہ عمدہ کیلشیم ہے، گرمی کے اثر کو دُور کرتا ہے بخار کی حرارت کو کم کرتا ہے اور گرمی کے دستوں کے لئے بہت فائدہ کرتا ہے۔

طریقہ:- سِل پر رگڑ کر پلایا جاتا ہے۔

زنانہ امراض

مرد اور عورت کے امراض میں امتیاز یہ ہے کہ عورتوں کے تولیدی اعضاء کی ساخت مردوں سے قطعی مختلف ہوتی ہے، رحم کی موجودگی سے بچہ پیدا ہونے کی امید وابستہ ہوتی ہے۔ رحم کا

تعلق ماہواری خون (خونِ حیض) سے ہے۔ اگر خونِ حیض باقاعدہ صاف ستھرا، سرخ رنگ، صحیح حالت و صحیح مقدار میں آتا رہے تو اس کا مطلب کِرمِ اولاد کا رِحم میں ہونا ہوتا ہے۔ ماہواری کے بعد یہ کِرم اپنی خاص جگہ بیضہ دانی (OVARION GLAND) سے نکل کر اپنا سفر جاری کرتے ہیں اور رفتہ رفتہ رِحم میں داخل ہو جاتے ہیں۔ جہاں مرد کی منی کے کِرموں سے اِن کا مِلاپ ہو کر استقرارِ حمل واقع ہوتا ہے۔

ماہواری خون کا فعل رحم کو ہر قسم کی آلودگی سے پاک صاف کرتا ہے۔

ماہواری خون کی زیادتی یا کمی، بے قاعدگی (دیر سے یا جلدی آنا)، ایام ماہواری میں درد محسوس ہونا، خونِ حیض نیلگوں یا سیاہی مائل ہونا لیکوریا۔ یہ زنانہ امراض ہیں۔

خونِ حیض کی بے قاعدگی کی وجہ سوزش و زخمِ رِحم ہے۔

خونِ حیض کی بے قاعدگی و دیگر خرابی کے سبب رحم میں اولاد پیدا کرنے کی صلاحیت نہیں رہتی۔ اس لئے حصولِ اولاد کی خاطر زنانہ علاج کے لئے سب سے پہلے خونِ حیض کی اصلاح کریں۔

لیکوریا (سیلان الرحم)

اندام نہانی میں سوزش، جلن، خارش، گندگی، زخم وغیرہ سے اندرونی جھلّی میں سرسراہٹ ہوتی رہتی ہے نیز گندے خیالات، سینما دیکھنا، فحش ناول پڑھنا، جماع کی خواہش وغیرہ لیکوریا کے اسباب ہیں۔ علامت اس کی یہ ہے کہ اندام نہانی سے سفید، زردی مائل یا نیلگوں لیسدار رطوبت بہتی رہتی ہے، عورت کا معدہ کمزور ہو جاتا

ہے، بھوک کم لگتی ہے، جسم سُست و نڈھال رہتا ہے۔ درد کمر، ہاتھ پاؤں میں سُستی، خون کی کمی، سر چکرانا، کام کاج میں تھکاوٹ محسوس کرنا، دِل دھڑکنا، گھبراہٹ وغیرہ

عِلاج رجہ پردر تنی وٹی، اشوکا ارشٹ، یوگراج گوگل، کماری آسو، حیض کی بے قاعدگی کے لئے بہترین ادویات ہیں۔ خُون کی کمی سے حیض میں کمی ہو تو نوائس لوہ، کُشتہ فولاد، کُشتہ منڈور یا لوہ آسو وغیرہ دیں۔

لیکوریا کے لئے سپاری پاک، اشوکا ارشٹ، کُشتہ سیسہ، کُشتہ مونگا، کُشتہ سیپ، کُشتہ بیضہ مرغ، کُشتہ ترد ھاتا، چندر پربھاوٹی، سورن بنگ وغیرہ دیں۔

بانجھ پن

دُنیا کی ہر عورت کی سب سے بڑی خواہش یہ ہوتی ہے کہ وہ ماں بنے۔ جن عورتوں کے ہاں اولاد نہیں ہوتی وُہ اکثر مغموم، فکرمند، پریشان اور اُداس رہنے لگتی ہیں، گھریلو کام میں بھی ان کی کوئی دلچسپی نہیں رہتی۔ بعض عورتیں حصُولِ اولاد کی خاطر کئی قسم کے گناہوں کا شکار بھی ہو جاتی ہیں۔

اولاد کے نہ ہونے کا سبب مرد اور عورت ہر دو میں موجود ہوتا ہے، کیونکہ اولاد پیدا کرنے میں مرد اور عورت کی منی کے تولیدی کیڑوں (SPERMATOZOEA) کا ملاپ ہونا ضروری ہوتا ہے اگر مرد کے تولیدی کیڑے تندرست ہوں گے تو حمل فوراً قرار پا

جائے گا۔ عیاش مردوں کی منی میں یہ تولیدی کیڑے کمزور ہو کر قطعی مر جاتے ہیں۔ جس کے باعث حمل قرار نہیں پا سکتا۔ مرد کا جنسی قوت سے محروم ہونا بھی بے اولادی کا سبب سمجھا جاتا ہے۔

عورت میں استقرار حمل نہ ہونے کی بہت سی وجوہات ہیں:۔

۱۔ بیضہ دانی (OVARIES) کا وجود نہ ہونا۔ یہ ناقابل علاج ہے۔

۲۔ بیضہ دانی میں ورم ہونا۔ اس سے بناوٹ میں فرق آجاتا ہے اور رسولی پیدا ہو جاتی ہے۔

۳۔ بیضہ دانی کی نالیوں (قاذف) (FALOPIAN TUBES) میں ورم ہونا یا کوئی اور نقص ہونا۔

۴۔ رحم کی بناوٹ کا درست نہ ہونا۔ مثلاً رحم میں ورم ہونا، یا آگے، پیچھے کو جھک جانا وغیرہ۔

۵۔ رحم میں تیزابی رطوبت کا بکثرت پیدا ہونا۔ جو مرد کی منی کے کیڑے ہلاک کر دیتی ہے۔ اس سے بھی حمل نہیں ٹھہرتا۔

۶۔ اندام نہانی کا بالکل تنگ ہونا، ورم ہونا یا شدید قسم کا سوزاک یا ہونا۔

۷۔ آتشک یا سوزاک ہونا۔

۸۔ عورت کا بے حد موٹا ہونا۔

۹۔ ایام حیض میں درد ہونا، اولاد پیدا ہونے سے روکتا ہے۔ کیونکہ درد سے عورت کو جماع کی خواہش نہیں رہتی۔

۱۰۔ پردہ بکارت کا سخت ہونا۔

علاج حمل قرار پانے کے لئے ضروری ہے کہ مرد کی منی کا کیڑا عورت کے بیضہ سے ملاپ کرے۔ اگر بیضہ دانی کی

نالیوں میں نقص ہو تو بیضہ بآسانی وقتِ مقرّرہ پر رحم میں نہیں جاسکتا۔ علاج میں یہ بات مدِّ نظر رکھیں کہ اگر مرد میں کوئی نقص موجود نہ ہو، تبھی عورت کے علاج کی طرف متوجّہ ہونا چاہیئے۔

عورت کے رحم کی خرابیاں و نقائصِ حیض دُور کرنے کے لیئے اشوکا ارشٹ، دشمول ارشٹ، رجہ پرورتنی وٹی، کماری آسو بہترین دوائیں ہیں۔ عورت کے موٹاپے کے سبب حمل نہ ٹھہرنے پر اروگیہ وردھنی وٹی اور یوگراج گوگل دیں، رحم میں ریاحی اثرات کی موجودگی اور رحم کی کمزوری کی وجہ سے عورت میں استقرارِ حمل کی صلاحیت نہیں رہتی اس مطلب کے لیئے اشوگندھ آدی چوُرن اور پھل گھرت مفید ہے۔

آیورویدک لغات

اس میں

چیدہ چیدہ جڑی بوٹیوں وغیرہ کے ہندی ناموں کے ساتھ ساتھ سنسکرت، عربی، فارسی، انگریزی اور لاطینی کے نام درج کیے گئے ہیں۔ یہ موضوع دراصل بذات خود ایک علیحدہ کتاب کا محتاج ہے۔ تاہم آیورویدک فارما کوپیا کے پڑھنے والوں کے لیے مختصراً یہ آیورویدک ڈکشنری شامل کی جاتی ہے۔

مؤلف

وید پرکاش

نام مفردات

ہندی	سنسکرت	عربی فارسی	
ابرک	ابھرک	ابرک طلق	Mica
اجمود	اجمود	کرفس	Carum Ajmoda
ارنی	اگنی منتھ		Clerodendron Phlomoides
اتیس	اتی وِشا		Aconitum Heterophyllum
اگر	اگرو	عود ہندی	Aquillaria Agallocha
امل بید	امل وِتیس		Rumesc Vesicarius
ارلو	ارلو		
اشوک	اشوک		
اناس	اناس		
السی	اتسی	کتان	
افیم	اہی پھین	افیون	Opium
آک	ارک	مدار، عشر	
اسگندھ	اشوگندھا		
اخروٹ	اکھشوٹ	جوز ہندی	Nut
امربیل	امربیل	افتیموں	

ہندی	سنسکرت	عربی فارسی	انگریزی، لاطینی
آم	آمر	انبہ	Mango
الائچی چھوٹی	ایلا	ہیل خورد	Cardamomum
آلوچہ		آلوئے دمشق	Comman Plum
آلو بخارا	آلوکم	آلو	Pruns Insititia
املی	املیکا، املی	تمر ہندی	Tamrindus Indicus
اسپند حرمل		اسپند	Peganum Harmala
اسبغول	سنگدھ بیجم	بزرِ قطونہ	P. Isphagula
ایکھ (گنّا)	اکھشو	نیشکر	Sugar Cane
اُڑد	بیج رتن	ماش	Phaseolus Radiatus
اگستیہ	اگستیہ		
اگم کی	کھان		Mukla Scabrella
انکول	انکول		Alangium Lamaricki
اجوائن	یوانی	نانخواہ	Carum Copticum
اجوائن خراسانی	پارسک یوانی	بزر البنج	Hyoscyamus Niger
انزروت		کحل فارسی	Astragalus
			Sarcocolla
اڑوسہ	آٹروس		Vasika

ہندی	سنسکرت	عربی فارسی	انگریزی، لاطینی
اَتی بلا (کنگھی)	اتی بلا		
املتاس	آرگودھ	خیار شنبر	
آنبہ ہلدی	آمر گندھی		Papaw
ارنڈ ککڑی	ارنڈ کرکٹی		
انار	داڑم	رمّان	
انگور	دراکشا	عنب	Grapes
ایلوا	ایلیک	صبر، مصبر	Elose
ارنڈی	ارنڈ	بیدانجیر	Castor
انجیر	پھلگو		Fig
اِندرجَو	اِندرجَو	لسان العصافیر	
اندرائن	اندرائن	حنظل	
اُلٹ کمبل	پشاچ کرپاس		
آلو	پنڈالو		
ارک مول		زراوند	
آڑو		شفتالو	
اونٹ کٹارا	اُدھی کنٹک	اُشتر خار	Thistle
الائچی بڑی		قاقلہ کلاں	Great Cardamom
اننت مول	اَتپل سارِوا		Sarsaprala
ادرک	ادرک	زنجبیل رطب	Zingiber
اندھاہولی	اندھاپشپی		Trichodesma Indicum

انگریزی، لاطینی	عربی فارسی	سنسکرت	ہندی
Achyranthus Aspera		اپامارگ	اپامارگ (چرچٹہ)
Emblic Myroballan	آملہ، آملج	آملک	آملہ
Carica Papaya			انڈ خربوزہ
		پُنرنوا	اِٹ سِٹ
Semicarpus Anacardium	بلادر	بھلاتک	بھلاوہ
Eclipta Prostrata		بھرنگراج	بھنگرہ
Bedda Nuts	بلیلہ	وبھیتک	بہیڑہ
Hydrocotyle Asiatica	زرنباد	برہمی	برہمی
Tricholepsis Glaberrima		برہم ڈنڈی	برہم ڈنڈی
Clerodendron Serratum		بھارنگی	بھرنگی
Acaraocalamus	اگر ترکی	بھوت ناشنی	بچ
	سنبل طیب	جٹا مانسی	بالچھڑ
Banyan Tree	برگد، کبیر الاشجار	نگرودھ۔ وکٹا	بوہڑ (بڑ)
		بھورج پتر	بھوج پتر

انگریزی، لاطینی	عربی فارسی	سنسکرت	ہندی
Phyllanthus		بھومی آملیکی	بھومی آملہ
Zizyphus Jujuba	عناب ہندی	بدری	بیر
Viscumarticulatum		دیودالی	بنڈال ڈوڈا
		ہنگوپتری	باپھلی
		اگستیہ	بک
Psoraleacorylifolia		اول گجا -	باچی
		سوم راجی	
Embelia Robusta		بابڑنگ -	بابڑنگ
		کرم گھن	
Tacca Aspera		وراہی قند	براہی قند
Valeriana	بادرنجبویہ		بلی لوٹن
Lady Finger	تودری	بھنڈا	بھنڈی
Acacia Tree	مغیلاں	ببول	ببول/کیکر
Violaodorata	بنفشہ	نیل پشپ	بنفشہ
Almond Tree		نیتر وم پھل	بادام
The Sparia Lampas		بھاردواج	بن کپاس
Cultha Palustris			بھرینگو
Che. Olidum.		واستک	بنتھوا
Shrubby jute		بھیدنی	بہوپھلی
Gmelina Asiatica		گوپا مورا	بدھارا

ہندی	سنسکرت	عربی فارسی	انگریزی، لاطینی
بن اجوائن			Wild Thyme
بنگ (قلعی)	رانگ، بنگ		Stallum
بڑھل	املک		Monkey Jack
برف	ہم	یخ	Ice
بچھناک کالا	وش	بیش	Aconitumfe Rox
بنسلوچن	ونش کرپور	طباشیر	Bamboo Manna
بانس	ونش، کنٹکی		Bamboo
پروال	رتناگ، پروال	مرجان	Red Coral
پاڈھل	راج پاٹھا		Cyclea Peltata
پارس پیپل	لندی، پارش		Portia Tree
پاریجات	ہارشنگھار		Coral Jasmine.
پارو			Allium Porrum
پارد (پارہ)	پارد، رس دھاتو	سیماب	Mercury
پکھان بید	پاشان بھید		Sascifraga Ligulata
پنڈالو	پنڈرکنز، پنڈالو		Grey Emetic Nut
پرینگو	پرینگو، شیاما		Agla Ia Odoratissima
پیاز	درگندھ	بصل	Alliumcepa
پت پاپڑا	پرپٹ	شاہترہ	Fumaria Parviflora
پان کی جڑ	کلیجن	خولنجاں	
پیلو	دھانی، گرڈھپل		Salvadora Oleoides

انگریزی لاطینی	عربی فارسی	سنسکرت	ہندی
Ficusreligiosa		دھنووِرکش	پیپل
Long pepper	فلفل مُویہ	پپلی	پیپلا مُول
To Pag.	زمرّد	پُشپ راج	پُکھراج
			پُتر دَنتی
Boerhaviadiffusa		پُنر نوا	پُنر نوا (اِٹ سِٹ)
Orris Root		پُشکر مول	پوکھر مُول
Mentha Sylvestris		اجیرن ہَر	پُودینہ
		کُشمانڈ	پیٹھا
		چکر مرد	پنواڑ
		اپا مارگ	پُٹھکنڈا
		ناگولی	پان
Toothache Tree.	کبابہ خنداں	تیج وَتی	تیج بل
Sinnamomum Tamala	ساذج ہندی	تیج پتر	تیج پات
Mathiola Incana	تودری سفید		تودری سفید
Triangular Sponge	زقُوم	تری دھارسینھی	تھوہر
		اکشھُوسک	تالمکھانا
	زرنب		تالیس پتر
	کنجد		تِل
	اسارون		تگر

ہندی	سنسکرت	عربی فارسی	انگریزی، لاطینی
تُماں	اندرائن	حنظل	
جٹا مانسی	جھٹی، جٹا مانسی	سُنبل ہندی	
جَدوار	نِروِ بنستا	جدوار	Delphlnium Den Uoe Tum.
جل جمنی			
جمال گوٹہ	جیپال، سارک	حبّ السلاطین	Croton Tiglium
جنیتی	جنتھا، وجنیتی		Sesdaniaegyptiena
جل کمبھی	کمبھیکا		Pistia Stratiotes
جُل نیم		نیب آبی	
جَل پپلی	جَل پپلی	فِلفل آبی	Purple Lippia
جوانسہ	اُدھی کنٹک	اُستر خار	Camel Thorn.
جست	یشوم		Zincum.
جامن	جمب		Jambolana
جائفل	جاتی پھل	جوزبوا	Nyristica Fragrans
جاوتری	جاتی پتری	بسباسہ	The Aril of Myristica Fragrans
جَو	پوتر دھانیہ		Barley
چندن	چندن	صندل	Santalem Album.
چنا	چنک	نخود	Cicer Aricentinum
چمپا	چمپک		Michelia Champaca

انگریزی، لاطینی	عربی فارسی	سنسکرت	ہندی
Vateria Indica		اشوکرن	چندرسس
Piper Chaba		چویکا	چوتیہ
Gassia Absus		چکھشونا	چاکسو
Cynocardia Odorata	برنج موگرا	کُشٹ بیری	چال موگرا
Oryzasativa	برنج	دھانیہ، تنڈل	چاول
Plumbago Zeylanica	شیطرج	چترک	چترک
Chirata		چرتکتا	چرائتہ
Oxaliscorniculata	حب السمنہ	چار۔ پیال	چرونجی
		چکامول	چانگیری
	خُرما		چھوہارہ
	کشنیز	دھانیک	دھنیا
Datura Stramgnium	جوزماثل	دھتورہ	دھتورہ
Berberis Aristata.		داروی	دارہلدی
		دیودارو	دیودار
Crotan Poly Anorum	حب السلاطین	رکت دنتی	دنتی
Curd	دوغ	ددھی	دہی
Cinnamomum.		بھرنگا	دارچینی
Milk — Lactus	شیر	دگدھ	دودھ
E. Hirta		ناگ ارجنی	دودھی لال
Pinus deodara	ہزاردانی خورد	لگھودگدھا	دودھی چھوٹی

ہندی	سنسکرت	عربی فارسی	انگریزی لاطینی
دھمانسہ	دُرلبھا		Fagonia Arabica
سنکھیا	ہل، سوہل، مُوشک پاشان	سم الفار	Arsenicum.
سناء	سورن پتری	سناء	Cissa Elongata-
سمُدرپھل	سمُدرپھل		Indian Oak.
سمندرسوکھ	ورِدھ دارُک		Argyreia Speciossa
سمندرپھین	سمندرپھین	کفِ دریا	Sepia Officinalis
سرسوں	سرشپ	سرشف	Wild Turnip
سہدیوی	سہدیوا		Vernonia Cinera
سُہانجنہ	شُبھانجنہ		Indian Horse Radish
سیتاپھل	کرشن بیج	شریفہ	Sugar Apple
سیسہ	ناگ سیس	سُرب	Lead
سُپاری	پُوگی پھل	فوفل	Betel Nut Tree
سُہاگہ	ٹنکن کھشار	تِنکار	Borax
سُورج مکھی	سُوریہ مکھی	گُلِ آفتابی	Lady Eleven
سونا	سورن، کنک	طِلا، زر	Gold
سونا مکھی	سورن مکشک		Ferri Salphuretum
سُونٹھ	شنٹھی	زنجبیل	Dry Ginger.
شورہ	شوریہ کھشار	اُبقر، شورہ	Potassium Nitras
سَونف	مَدھورِکا	بادیاں	

ہندی	سنسکرت	عربی فارسی	انگریزی، لاطینی
سُرمہ	سوویرانجن	کحل	Antimonii Sulphuratum
سیپ		صدف	Shell.
سنگجراحت	شنکھ چیرک	سنگجراحت	Soap Stone.
سرس		سُلطان الاشجار	
سیتل چینی	کنکول	سردچینی	
سمبھالو	نِرگنڈی		
شنکھاہولی (شنکھ پشپی)	شیام کرانتا		Evolvulus Alsinoides
شتاوری	شت مُولی		A. Sarmentous
شنکھ	شنکھ، کمبُ	حلزون ناقوس	Conch.
شالپرنی	سومیا، ستھرا		
شولنگی	لِنگنی، بہوپترا		Bryonialaciniosa
شلارس	تیل پرنی کپیتا		Altingia Excelsa
شلاجیت	شلاجیتو گربج	حجر المُوسےٰ	Asphalt
کالی مرچ	مرچی	فلفل سیاہ	Piper Nigrum
کالی زیری	بن جیرک		Vernonia Anthelmintica
کانس	کانش		Saccharum Apontaneum
کاہو		کاہو	Lactuca Scariola.

			ہندی
Nuxvomica	اذراقی- قاتل الکلب	کاک پیلو- وشمشٹی	کچلہ
Picrorrhiza Kurrooa		ارشٹا	کٹکی
Dolichos Biflorus	حب القلت	کلتھا	کلتھی
Alpinia Galanga.	خولنجان	اروُن	کلنجن
Banana	موز	کولی	کیلا
Macunapruriens		کچھومتی	کونچ
Ocimum Sanctum		سُرما	کالی تلسی
Saussurealappa		کشٹھ	کٹ
	قنبیل	کمپلک	کمیلا
Musk	مُشک	مرگ نابھی	کستوری
Hibisous Abelmuosohus	مُشک دانہ	لتا کستوری	کستوری دانہ
Ferry Sulphas.	زاج اخضر	کسیس	کسیس
Carthamus Tinctorius	قرطم	کسمبھ	کسونبا
	زعفران	اگنی شیکھر	کیسر
Leeracquata		کاک جنگھا	کاک جنگھا
Physalis Alkenji	کاکنج	ہیمنت پھلی	کاکنج
Pistacia Integerrima		کرکٹ شرنگی	کاکڑا سنگی
Luvanga-Scadens		دھان شکھا	کاکولی
(Steel) - Ferrum	فولاد، حدید	لوہ کانت	کانت لوہ

انگریزی، لاطینی	عربی، فارسی	سنسکرت	ہندی
Myrica Nagi	دار شیماں	کٹ پھل	کائپھل
Salvia Moorcroftiana			کالی جیری
Ipomoea He De Racea	حب النیل	کرشن بیج	کالا دانہ
Cucumis utilissimus	خیارین	کرکٹی	ککڑی
Blumea lacera		ککندر	ککروندا
Momordica Dioica		مہاجالی	کنکوڑا
Abuliton Asiaticum		کنگھی	کنگھی
Celastress Panicalta		جیوتش متی	کنگنی، مالکنگنی
Banhinia Tancatosa	کچنار	کانچن	کچنار
Cureuma Zedoaria	زرنباد	کرچور	کچور
Camphor	کافور	کرپور	کرپور
Arto carpus Integrifolia		کنٹکی پھل	کٹہل
Solanum Indicom	بادنجان	کانٹا	کٹیری بڑی
Bitter Gourd	کدوئے تلخ	کٹ تمبی	کڑوی تونبی
Luffa Amara	توری تلخ	کرت چھورا	کڑوی توری
Trichosanthas Cucumberina		امرت پھلا	کڑوی پرول (پٹول)
	کتھ	کھدر	کھیر
Anthocephalus Cadm-aba.		کدمب	کدمب
Nerium Odorum.		کرویر	کنیر

انگریزی، لاطینی	فارسی عربی	سنسکرت	ہندی
Cotton Plant	کیتوُن	سُوتر پُشپ	کپاس
Hedychium Spicatum		گندھ مُولک	کپور کچری
Pipper Cubeba.	کبابہ	کنکولم	کباب چینی
Gmelina Arborea		اشویت	کمبُھاری
Salviaplebeia			کمرکس
Nllumbs	نیلوفر	پنکج	کمل
Pongamiaglabra		کرنج	کرنج
Holoptelea		کنجوُ	کرنجی
Momodicacharuntia		کارویل	کریلا
Nlgellasativa	سیاہ دانہ	جیرنی	کلونجی
Sida Spinosa		ناگ بلا	گنگرن
		چویہ پھل	گج پیپل
Sulpher	کبریت، گوگرد	بلی، گوری بیج	گندھک
	برنجاسف		گندنا
Daucus Carota	گزر، زردک	گرنجن	گاجر
C. Indica.	قنب	اجیا، جیا	گانجا (بھنگ)
Tinospora Cordifolia	گلوئے	گڑُوچی	گلو
	حبّہ	گنجیکا	گنجا (گھونگچی)
Shoe Flower.	انگارِ ہند	رکت پُشپی	گڑھل
Glymnema Sylvestris		اَرج گندھنی	گڑمار

ہندی	سنسکرت	عربی، فارسی	انگریزی، لاطینی
گوگل	گوگل، کمبھی	مقل ازرق	Commiphora Mukul.
گوما	درون پشپی		Leucas Cephalotus
گیندا	ستھول پشپ	صدبرگ	Mary Gold
گیرو	گیرک	گل سرخ	Silicate of Alumira
گوکھرو	بھوکنٹکا	خارخسک	Tribul Sterrestris
گورکھ منڈی	مہامنڈی		
گوروچن	گوروچن، گوپت	حجر البقر	Bostanrus.
لہسن	لشن، رسون	ثوم، سیر	Garlic
لکشمنا	پترد، پترجنی		Ipomaea Sepiaria
لسوڑا	شیلو	سپستان	Cordia Obliqva -
لاکھ	لاکھشا، رکتا		shellac
لودھ	لودھر		Lodh Tree
لوبان	سیاکل دھو		Styraxbenzoin
لونگ	لونگ	قرنفل	Cloves
لاجونتی (چھوئی موئی)	لجالو		
مکوئے	کاک ماچی	عنب الثعلب	Common Night Shade
مکھانا	پدم		Euryale Ferox
مجیٹھ	منجشٹھا، ارونا		Rubiacordiafolia
منڈور	منڈور	خبث الحدید	Ferri Peroxcide.

انگریزی، لاطینی	عربی فارسی	سنسکرت	ہندی
Honey	انگبیں، عسل	مکرند، ماکھشک	مدھو، شہد
Coptis Teeta.		ہیم تنتو	مُمیرا
Peacock's Feathers	پر طاؤس	میور پنکھ	میور پنکھ
Helicteres Isora		مرگ شرنگا	مروڑ پھلی
Wine.	مے، بادہ	سُرا	سُورا (شراب)
Gallnut ..	مازو	مایا پھل	ماجو پھل
Glycyrrhiza Glabra	اصل السوس	موہیشٹی	ملیٹھی
Plumbi Oscidium	مُردا سنگ	سوورن رنگ	مُردا سنگ
Ipomoea Reniformis	اذان الفار	مُوشا کرنی	مُوساکنی، اچوہاکنی
Redish	تُرب	مُولک	مُولی
Curculigo Orchioides	مُوصلی	تال مُولی۔	مُوصلی
Henna Plant	حِنا	رکت رنگا	مہندی
Common Emetic Nut	جوز القی	دھارا پھل	مین پھل
Penugreek	حلبہ	میتھیکا	میتھی
Arsenicum Rubrum	احمر	منشلا	مینسل
Cera Alba	شمع	مینم	موم
		مُستک۔	موتھا
Pearl.	مروارید، دُر	مُکتا	موتی
Oyster Shell.	صدف مرواریدک	مُکتا پرسُو	موتی سیپ

انگریزی، لاطینی	عربی فارسی	سنسکرت	ہندی
Cle Umnigram	حبّ قلقل	جیوتش متی	مالکنگنی
	بول		مُتر
Sneeze Weed	سعد کوفی	ناگرمُشت	نک چھکنی
Crinum Defixcum		ناگدون	ناگدون
Vitesc Padanculbris		ناگ بھینی	ناگ بیل
Cocoanut	نارجیل	ناری کیل	ناریل
Clearingnut Tree		کت کم	نرملی
Victesc Negundo		اِندرانی	نرگنڈی
Indian Jalup	تُربد	ریچنا	نسوت
Indian Lilac	نیب	نمب	نیم
Lemons.		نمبوک	نیبو (لیمو)
Pavonia Odorata	اسارُون	سگندھ بالا	نیتربالا
Amonium Chloridum		امرت سار	نوشادر
	پوست انار		نسپال
Terminala Chebula	ہلیلہ	ابھیا	ہڑ
The cress.	جرجیر	چندرشُول	ہالوں
	حلتیت انگوزہ	ہنگو	ہینگ
	زرد چوب	ہردرا	ہلدی
		ہستی شُنڈھی	ہاتھی سُنڈی

مُفردات اور اُن کے متبادلات

اِس مضمون میں جو ادویات درج کی گئی ہیں، اُن کے مقابل اُن کی متبادل ادویات دی گئی ہیں، جو آیورویدشاستروں میں درج ہیں۔ اگر کسی نسخہ میں مطلوبہ دوا نہ مِلے تو اُس کی مُتبادل دوا نسخہ میں ڈالی جاسکتی ہے۔ (مؤلف)

نام دوا	متبادل ادویات	نام دوا	متبادل ادویات
اخروٹ	جلغوزہ، چرونجی۔	ارہر	مسور
اگر	لونگ، دارچینی، کیسر۔	آک کا دودھ	آک کے زرد پتوں کا رس
اجمود	اجوائن دیسی	آکاش بیل	نشوتھ، پت پاپڑا۔
اجوائن دیسی	اجمود، زیرہ کالا	انبہ ہلدی	بابچی
اتیس	ناگرموتھا	آلو بخارا	اِملی پختہ
ادرک	سونٹھ	اسگندھ	کُٹھ شیریں
انار	اِملی	اِندرجو	جائفل، کڑا چھال۔
اناناس	سیب	اِندرائن پھل	کالا دانہ، عصارہ ریوند
افیون	اجوائن خراسانی، کچلا۔	الائچی چھوٹی	الائچی بڑی، سرد چینی
	پوست کا کاڑھا۔	ایلوا	رسونت برائے لیپ
ابرک بھسم	لوہ بھسم		نشوتھ برائے جلاب

نام دوا	متبادل ادویہ	نام دوا	متبادل ادویہ
اسبغول	بہیدانہ	کستوری	جاوتری، سرد چینی۔
زیرہ کالا	زیرہ سفید	کاکولی	اسگندھ، ستاور، ملٹھی
زیتون کا تیل	ارنڈی کا تیل	کالادانہ	اندرائن کی جڑ
عقرقرحہ	مگھاں	کالی مرچ	لونگ
عناب	مویز منقی، لسوڑیاں	کالا نمک	سانبھر نمک
عُشبہ	چوب چینی	کالی مُوصلی	سفید مُوصلی
کچُور	ادرک، انجیر	کانت لوہ	فولاد
کپُور کچری	انجیر	کانجی	رس لیموُں
کتھہ	کھیرسار، گیرُو	گلتھی	السی
کتیرا گوند	گوند کیکر	گلنجن	دارچینی، سرد چینی
کافور	چندن سفید، طباشیر	کُٹھ	عقرقرحا، پوکھرمول۔
	مشک بالا۔	کیوڑہ	چندن سُرخ
کمل گٹہ	بیج آملہ	کیسر	پھول کسُمبھا، جاوتری۔
کنول کیسر	ناگ کیسر	کونچ	بیج اُٹنگن
کنڈیاری خورد	کُٹھ، کنڈیاری کلاں	کھیر کاکولی	ستاور، بداری قند۔
کٹیلی کی جڑ	نیم پنچانگ	کھیر چھال	نیم کی چھال
کلھیاری	گُٹھ کرڈی	گج پیپل	پپلامول
کلونجی	زیرہ کالا	گلو کا ست	گلو کا عصارہ
کٹھل پختہ	کیلا	گائے کا دُودھ	بکری کا دُودھ
کمیلا	بابڑنگ	گوکھرو	ککڑی کے بیج

نام دوا	متبادل ادویہ	نام دوا	متبادل ادویہ
لکشمنا مول	بیج کنڈیاری خورد، میور شکھا	شہد	گڑ پرانا
لونگ	کالی مرچ	شلاجیت	قلمی شورہ
لودھ	کتھا	ستیاناسی کی جڑ	کٹھ
لوبان	رومی مصطگی		
چاول	جوار	سفید مرچ	کالی مرچ
چاندی بھسم	ورق چاندی، کانت لوہ بھسم	سمندر نمک	سیندھا نمک
چنبیلی کے پتے	لونگ	سونٹھ	ادرک
چھوٹی ہرڑ	بڑی ہرڑ، آملہ	سوئے	سونف
چندن سفید	چندن سرخ، کافور۔	سورن بھسم	سونا مکھی بھسم، ورق سونا
دہی	دہی کا مٹھا	بکری کا دودھ	گائے کا دودھ
دارہلدی	ہلدی، انبہ ہلدی	بنفشہ	نیلوفر (نیل کمل)
دودھ	مونگ کا پانی	بچ	کٹھ، کلنجن، سرد چینی۔
دھاوے کے پھول	مہوے کے پھول	بہیڑہ	ہرڑ چھوٹی
رسونت	دارہلدی	بابچی	پنواڑ کے بیج
راسنا	کلنجن	بادام روغن	روغن خشخاش
روہیتک	لاکھ	برہم ڈنڈی	اونٹ کٹارا
روپا ماکھی بھسم	سونا ماکھی بھسم	برہمی	منڈوک پرنی
رِدّھی	وراہی کند	بھرنگی	بیج کنڈیاری خورد، تالیس پتر
سرد چینی	جاوتری، چھوٹی الائچی	بھلاوا	چترک مول
شوناک	نیم	بھینس کا دودھ	بھیڑ یا گائے کا دودھ

نام دوا	متبادل ادویہ
پستہ	بادام
پیپل	مرچ سرخ
پپلا مول	چترک مول، مگھاں
پکھراج	ابرک بھسم
پوکھر مول	کٹھ - بیخ ارنڈ
پت پاپڑا	سناء
پارہ بھسم	رس سندھور
پاٹھا	پاڈھل
پنا بھسم	پروال بھسم
پنج لون (نمک	نمک سیندھا
تالمکھانا	اسبغول، ثعلب مصری
تگر	کٹھ
تل	السی
جنگلی تلسی کا رس	تلسی کا رس
جوانسہ	دھمانسہ
جاوتری	جائفل، لونگ
جیوک	بداری کند
چویہ	گج پیپل، پپلا مول

نام دوا	متبادل ادویہ
چترک مول	دنتی مول
میسور شکھا	ہرڑ
مسور	اڑد
مانکیہ بھسم	چاندی بھسم
مصری	کھانڈ، پرانا گڑ
ملیٹھی	دھاوے کے پھول
مولی	شلجم
موتی بھسم	سیپ موتی بھسم
میدا	ستاور
مولسری پھول	نیلوفر
مولسری چھال	کیکر کی چھال
نک چھکنی	مین پھل، کالی مرچ، کائے پھل۔
ناگ کیسر	کمل کیسر
نرگنڈی	تلسی،
نیتر بالا	ناگر موتھا۔ خس
نیلم بھسم	کشتہ سونا
ودھارا	تروی، جڑ دنتی
وراہی کند	بداری کند

آیُورویدک اصطلاحات

اِس ضمن میں آیُوروید کی عام اصطلاحات کا مختصر ذکر درج کیا جاتا ہے۔

آیُوروید :- آیُو بمعنی زندگی اور وید بمعنی کتاب یعنی وہ کتاب کہ جس میں زندگی کے لیئے مفید اور مُضر امُورات، بیماریوں کی تشخیص اور علاج کا بیان درج ہو، اُسے آیُوروید کہتے ہیں

اوشدھی :- دوائی۔

اشٹ ورگ :- جیوک، رشبھک، کاکولی، کھیر کاکولی، میدا، مہامیدا، ردھی اور وردھی۔ ان آٹھ بُوٹیوں کو اشٹ ورگ کہتے ہیں۔

انجن :- ... سُرمہ، کحل۔

اروگیہ :- .... صحت، تندرستی۔

ارشں :- .... بواسیر۔

اُنماد :- .... پاگل پن، جنُون۔

اُپدنش :- .... آتشک، سفلس۔

اُدر روگ :- پیٹ کی بیماریاں

اَتی سار :- اسہال، دست۔

اُنوپان :- ... بدرقہ مناسبہ، جس کے ہمراہ دوا دی جائے۔

آم وات :- گنٹھیا، نقرس وغیرہ۔

بھاونا دینا :- دوا کو مطلوبہ بوٹی کے رس یا کاڑھے میں اس قدر بھگونا کہ رس دوا سے ایک ایک انگل اوپر رہے۔ اس کے بعد اسے خشک کر لیا جائے۔

بھسم :- کشتہ، تکلیس۔

پنچانگ :- کسی درخت یا بیل کی پانچوں چیزیں یعنی پتے، جڑ، چھال، پھل اور پھول۔

پرمیہ :- جریان۔

پشٹی :- کسی دوا کو کھرل میں باریک پیسنا۔

پرسوتی بخار :- حمی انفاسیہ - وہ بخار جو زچگی کے بعد زچہ کو ہوتا ہے

ترجات :- دار چینی، الائچی خورد، تیز پات ہر سہ کو ترجات کہتے ہیں

ترپھلا :- ہرڑ، بہیڑہ، آملہ۔

ترکٹا :- سونٹھ، مگھاں، مرچ سیاہ

تردوش :- وایو، پت، کف (ریح، صفرا، بلغم۔

جوَر :- ... بخار، حمیٰ۔

چکتسا :- .. علاج۔

چترجات :- ناگ کیسر، دار چینی، الائچی خورد، تیز پات۔

رس :- .. پارہ کا مرکب۔

رکت پردر :- کثرت طمث، ماہواری خون کی زیادتی۔

رسائن :- ... وہ دوا جو بڑھاپے کے اثرات کو زائل کر کے نئی جوانی بخشے اسے رسائن کہتے ہیں۔

دشمول :-... شالپرنی، پرشٹ پرنی، کنٹیاری خورد و کلاں، ارنی،
بل، گوکھرو، پنج انگ، شوناک، گمبھاری اور پاڈھل۔
ان دسوں کو دشمول کہتے ہیں۔

سنپات جور :- تین دوشوں (خلطوں) کے بگاڑ سے پیدا ہونیوالا بخار۔
سپت دھاتو :- سونا، چاندی، تانبا، قلعی، جست، سکہ اور فولاد۔
سورس :- تازہ بوٹی کا رس۔
سمپٹ کرنا :- گل حکمت یعنی کپڑ وٹی کرنا۔
شودھن :- طاہر (صاف) کرنا۔
کلاک بنانا :- دواؤں کو دودھ گائے میں رگڑ کر نغدہ سا بنانا۔
کواتھ :- . کاڑھا، جوشاندہ۔
کجلی :-... پارہ اور گندھک کو اس قدر کھرل کریں کہ اس کی چمک
ختم ہو کر سیاہ رنگ کی کجلی بن جائے۔
کھار :-... نمک۔
کپڑی پکو :- . آتشی شیشی کے ذریعے رس تیار کرنا۔
کاس :- .. کھانسی، کف۔
کشٹ :- .. کوڑھ، جذام۔
گربھ :-... حمل۔
گربھاشیہ :- رحم، بچہ دانی۔
گربھ پات :- اسقاطِ حمل، حمل کا گر جانا۔
گٹکا :-... حب، گولی۔
لیپ :- ضماد۔

مُورچھن :۔ تیل یا گھی کو صاف کرنا۔
ماترا :۔ .. خوراک، مقدار۔
مُردن :۔ .. کھرل کرنا، رگڑنا۔
مدھومیہ :۔ ذیابیطس، پیشاب کے ساتھ شکر خارج ہونا۔
مَنداگنی :۔ حرارتِ ہاضمہ کی کمزوری، ضعفِ ہاضمہ۔
میتھُن :۔ جماع، مجامعت، مباشرت، ہم بستری، جُفتی کرنا۔
مُورچھا :۔ غشی۔
نورتن :۔ ہیرا (الماس)، موتی، مُونگا، پنّا، لہسنیا، گومید، مانکیہ، نیلم اور پکھراج۔
وَمَن :۔ .. قے۔
ویریچن :۔... جُلاب دینا۔
وایُو :۔.... ریح۔
وِدھی :۔... طریقہ۔
ویَد :۔ .. معالج، علاج کرنے والا۔ آیورویدجاننے والا۔
وِیرج :۔ منی، مَرد کا مادۂ تولید۔
واجی کرن :۔ قوّتِ مردانہ بڑھانے والی ادویات۔
وات روگ :۔ ریحائی امراض۔ آیوروید میں ان کی کُل تعداد ۸۰ ہے۔
یُونی :۔..... فُرج، اندامِ نہانی، شرم گاہ۔
یُووَک :۔... جوان صالح، نو عُمر۔

ممنوعات

- تھکا ماندہ ، شرابی ، خوف زدہ ، رویا ہوا ، نئے بخار کا مریض، حوائجِ ضروریہ (کل مُوتر) کو روکنے والا - ان چھ روگوں والے کو آنکھوں میں سُرمہ نہیں لگانا چاہیئے۔
- موتیا بند کے مریض کو آنکھوں میں کوئی ایسی دوا ہرگز نہ لگائیں جس سے آنکھوں سے پانی بکثرت بہے۔
- آگ سے جلے ہوئے مقام پر ٹھنڈا پانی نہ ڈالیں بلکہ گرم سینک کرنا چاہیئے۔
- گربھ وتی (حاملہ) عورت کو جما لگوٹہ ، افیون اور ایلوا کے مرکبات ہرگز نہ دیں - اس سے حمل گر جانے کا اندیشہ ہے۔
- پرسُوتی بُخار (حمیٰ نفاسیہ) اور خلطی بُخار میں گھی پلانا مُضر ہوتا ہے۔ اس لئے گھی نہ دیں۔
- پیشاب کی زیادتی (کثرت البول) میں گھی ، کھٹائی ، نئے چاول ، اور میٹھے کھانے نقصان دیتے ہیں۔
- اسبغول جس دوا میں ملانا ہو سالم اسبغول ملائیں - اسبغول کوٹنے سے زہر ہو جاتا ہے۔
- گھی اور شہد برابر وزن ملا کر کھانا سخت مُضر ہے۔
- تانبے کے برتن میں دیر تک رکھا ہُوا گھی ، تیل وغیرہ ہرگز نہ کھانے

کے استعمال میں نہ لائیں۔

- تپ دق میں مباشرت کرنا موت کو دعوت دینے کے برابر ہے۔
- تپ دق کے جراثیم ختم کرنے والی سب سے عمدہ اور قیمتی دوا "سونا" (سورن) ہے مگر جب جسم میں بخار تیز موجود رہے تو سونا یا سونے کے مرکبات ہرگز نہ دیں۔
- تپ دق میں جب پتلے دست زیادہ آئیں تو فوراً علاج کے ذریعے بند کردیں مگر جو دوائی دیں اس میں افیون کا کوئی جزو نہ ہو۔
- تپ دق کے مریضوں کا بلغم، تھوک وغیرہ کو باہر مت پھینکیں بلکہ کسی گڑھے میں دبادیں یا جلا دیں۔
- خونی بواسیر اور خونی دستوں میں کشتہ فولاد ہرگز نہ دیں۔
- سنگرہنی کے ساتھ جبکہ بخار ہو، سورن پرپٹی نہ دیں۔
- تپدق کے مریض کو سونے کے مرکبات زیادہ مقدار میں دینے سے خون یکدم زہریلا ہو جاتا ہے۔ اس لیے سونے کی مقدارِ خوراک $\frac{1}{32}$ رتی سے زیادہ نہ ہونی چاہیئے۔
- گردوں کی سوزش کی وجہ سے پیدا ہونیوالے امراضِ شکم میں کشتہ تانبا دینا ممنوع ہے کیونکہ اس کے دینے سے پت (صفرا) خارج ہونے لگتی ہے، اور پت پیشاب میں مل جانے سے گردوں کے فعل میں رکاوٹ پیدا کرتی ہے۔
- تیل یا گھی میں تلی ہوئی چیزیں کھانے کے بعد فوراً ٹھنڈا پانی نہ پئیں، اس سے گلا خراب ہوجاتا ہے، ضروری پینا ہو تو نیمگرم پئیں۔
- سنپات جور میں ٹھنڈا پانی پلانا یا نہلانا موت کو بلانا ہے۔

- کھانا کھانے کے فوراً بعد، محنت یا تکان سے چور حالت میں، پاخانہ و پیشاب کی حاجت ہوتے ہوئے جماع کرنا سخت مُضر ہے
- دن میں سونا جسم میں سُستی پیدا کرتا ہے مگر محنت مشقت کرنے والا تکان زدہ، شرابی، بوڑھا، رات کو جاگنے والا، بلغمی بُخار کا مریض، بچّہ، پیدل سفر یا مجامعت سے نڈھال اور جس نے جُلاب لیا ہو، انہیں صبح کھانا کھانے سے پہلے سونا چاہیئے۔
- سر پر گرم پانی ڈال کر نہانے سے آنکھوں کو ضرر پہنچتا ہے۔
- پاخانے سے فارغ ہونے کے بعد سُورج کی تیز دُھوپ میں گھومنے کے بعد بغیر سُستائے، ورزش کرنے، سو کر اُٹھنے اور جماع کے فوراً بعد نیز کھانا کھانے سے پہلے پانی نہ پینا چاہیئے۔
- خونی بواسیر اور خونی دستوں میں جبکہ نئے نئے شروع ہوں، نیز بچّوں کو جہاں تک ممکن ہو، افیون کے مُرکّبات مت دیں۔
- مچھلی کے ساتھ دُودھ ہرگز نہ دیں۔
- پیشاب، پاخانہ، چھینک، اُبکائی، پیاس، اور بھوک کو روکنا مضر ہے۔
- کُشتہ بارہ سنگھا خشک کھانسی میں مُضر ہے لیکن بلغمی کھانسی، دمہ اور نمونیا میں اکسیر ہے۔
- حاملہ عورت، کمزور، گلے و یرقان کے مریض کو پارہ کے مرکّبات نہ دیں
- سنکھیا، ہڑتال، رسکپور، دارچکنا، منسل، بچھناک و کچلا جیسی زہریلی ادویات کو بغیر شُدھ کیے استعمال نہ کریں۔
- تیل یا گھرت کو کانچ یا چینی کے مرتبان میں رکھیں اور مرتبان سے اُنگلی ڈال مت نکالیں بلکہ ڈنڈی یا چمچہ سے نکالیں۔ ڈھکنا ٹین کا نہ ہونا چاہیئے۔

معالجوں کے لئے ضروری ہدایتیں

۱۔ سفوف (چورن) اور گولیاں ایک سال تک اپنی قوت اور تاثیر قائم رکھتی ہیں۔

۲۔ معجون (اولیہ پاک) دو تین سال تک اپنی طاقت برقرار رکھتے ہیں۔

۳۔ گونائیں ۱۰ سال تک اپنی تاثیر نہیں کھوتیں۔

۴۔ کشتہ جات (بھسمیں) جتنے پرانے ہوں گے اتنے ہی زود اثر اور قیمتی ہوں گے۔

۵۔ آسوارشٹ پرانے زیادہ مفید اور بہتر ہوتے ہیں۔

۶۔ کھانے کے لئے تازہ گھی اچھا ہوتا ہے لیکن زخموں وغیرہ کے لئے پرانا گھی مفید ہوتا ہے۔

۷۔ جڑی بوٹیوں کو دھوپ کی بجائے سایہ میں خشک کریں۔ دھوپ میں خشک کرنے سے تاثیر کم ہو جاتی ہے۔

۸۔ دوا تیار کرتے وقت جڑی بوٹیوں کو علیحدہ علیحدہ خوب باریک پیسکر اس کے بعد آپس میں ملانا چاہیئے۔

۹۔ عورتوں کا علاج کرتے وقت خون ماہواری کے متعلق دریافت کر لینا ضروری ہے۔ بالخصوص حمل وغیرہ کے متعلق احتیاط لازم ہے۔

۱۰۔ مردوں کے علاج میں قابلِ غور نکتہ امراضِ منی یعنی جریان احتلام سرعت انزال وغیرہ کی بابت دریافت کرنا ہے۔

۱۱۔ دودھ پیتے بچوں کا علاج کرتے وقت بچے کی ماں کو نظرانداز

نہ کریں کیونکہ ماں کی بد پرہیزی سے ہی بچہ بیمار ہوتا ہے۔

۱۲- بخاروں میں دوا دینے سے پہلے قبض دور کریں۔

۱۳- جہاں تک ممکن ہو زہریلی دواؤں سے پرہیز کریں اور اگر یہ دوا دینا ضروری ہو تو اس کی حفاظتی تدابیر اور پرہیز وغیرہ کے متعلق مریض کو اچھی طرح ہدایت کر دینی چاہیئے۔

۱۴- ہر دوا کو بند ڈھکن والی بوتل میں محفوظ رکھیں اور ہر بوتل پہ دوا کا نام لکھیں تاکہ غلطی سے دوا بدل نہ جائے۔

۱۵- علاج سے پہلے مرض کی تشخیص ضرور کر لیں بعد میں دوا تجویز کریں

۱۶- مریض سے ہمیشہ واجبی پیسے لیں ورنہ غریب جسمانی بیماری کے ساتھ مالی مصیبت میں بھی مبتلا ہو جائے گا۔

۱۷- حتی الوسع مریض کو دوا کا نسخہ نہ بتلائیں ورنہ دوا کا اثر ختم ہو جائیگا کیونکہ بعض اوقات نسخہ کے اجزا نہایت معمولی ہوتے ہیں مگر اس کے فوائد حیرت انگیز ہوتے ہیں اور مریض معمولی اجزاء کو کم مفید اور بے اثر سمجھ لیتا ہے جس کا نفسیاتی اثر مریض کے دماغ پر مسلط ہو جاتا ہے۔ نتیجہ میں مریض کو دوا سے فائدہ نہیں ہوتا۔ اس لئے نسخہ صیغہ راز میں رکھیں۔ مگر اپنے ہم پیشہ بھائیوں سے نسخہ کبھی نہیں چھپانا چاہیئے کیونکہ ہو سکتا ہے کہ آپ کا وید یا حکیم بھائی آپ کے بتائے ہوئے صرف ایک نسخہ کی بدولت کسی کی قیمتی جان بچا سکے۔ اس لئے اہلِ فن سے ایسا گناہ نہ کریں

۱۸- دوا تیار کرتے وقت نسخہ کے اجزا بمطابق صحیح وزن ڈالیں۔

۱۹- دوا تیار کرتے وقت دوا کو گرد وغبار سے بچائیں۔

۲۰- مریض کو دوا دیتے وقت دوا کی خوراک، انوپان، پرہیز اور

خوراک کے متعلق تفصیل سے بتا دیں۔

۲۱۔ دواخانے میں دوائی کی شیشیوں کو قرینے سے رکھیں تاکہ ضرورت کے وقت دوا کی شیشی آسانی سے مل سکے اور خواہ مخواہ وقت ضائع نہ ہو۔

۲۲۔ دواخانہ میں مریضوں کے بیٹھنے کے لئے آرام دہ نشستیں بنائیں تاکہ مریض بیٹھ کر آرام اور راحت محسوس کرے۔

۲۳۔ دواخانہ کی جگہ کھلی، ہوا دار اور روشنی کے انتظام والی ہو۔

مریضوں کا نام اور تجویز شدہ دوائی رجسٹر میں ضرور درج کریں تاکہ مریض کی بیماری اور دی گئی دوا کا آپ کو پتہ چل سکے۔

۲۴۔ ایمرجنسی بکس (فوری علاج کا صندوقچہ) بھی ضرور رکھیں۔ نیز جملہ ضروری سامان کے ساتھ طبی کتب بھی دواخانہ میں ہونی لازمی ہیں تاکہ کوئی پیچیدہ در پیش ہو تو دیکھا جا سکے۔ کتاب ایک بہت بڑا ساتھی ہے۔

۲۵ ہر حکیم اور وئید کو چاہیئے کہ اپنی تیار کردہ دوائیوں میں سے جو دوائی مریض پر مفید اثر چھوڑتی ہے اور اس کے دیگر نتائج کو نگاہ میں رکھے

۲۶۔ وئید یا حکیم کو خوش کلام، شیریں زبان ہونا چاہیئے۔ مریض سے ہمدردانہ برتاؤ کرے اور اُسے تسلی دلائے کہ وہ جلد صحتیاب ہو جائیگا۔

۲۷۔ اگر مرض لا علاج یا اُس کی سمجھ سے باہر ہو تو علاج نہ کرے۔

۲۸۔ وئید حکیم کو ادب، اخلاق اور علم دوست ہونے کے علاوہ صفائی پسند بھی ہونا چاہیئے۔ صفائی عبادت کی سیڑھی اور حکیموں وئیدوں کی تو خاص طور پر مددگار ہے۔ بعض حضرات اس صفت سے مبرا ہوتے ہیں جس سے دیسی طب بدنام ہو جاتی ہے۔ اس لئے اس کا ضرور خیال رکھیں

تبصرات

آیورویدک فارماکوپیا کے متعلق

مقتدر حضرات کی گرانقدر آراء

آیورویدک فارماکوپیا آیوروید میں ایک قابل قدر اضافہ ہے
دُنیا میں آج کل تقریباً ۳ مختلف طریقہ ہائے علاج رائج ہیں
اُن میں سے ایک آیوروید بھی ہے - آیوروید دراصل "اتھروید" کا ایک حصّہ ہے - آیو بہ معنی عمر اور وید بمعنی علم -

زیرِ نظر کتاب میں آیوروید طریقۂ علاج کی قدیم تاریخ کی وضاحت کے بعد آسوا رشٹ بنانے، اولیہ پاک، رس اور گولیاں بنانا، کواتھ، گھرت وتیل اور کشتہ جات وغیرہ کے بہت سے آزمودہ نسخے بیان کئے گئے ہیں اس کے علاوہ مختلف امراض کی تشخیص اور اُن کا علاج، امراض نسواں اور بچّوں کی بیماریاں اور اُن کے علاج کا مختصراً حال بیان کیا گیا ہے۔

غرض جیسا کہ نام سے ظاہر ہے آیورویدک فارماکوپیا ایک مفید کتاب ہے - چونکہ اُردو زبان میں آیوروید پر کتابیں کمیاب ہیں اس لئے یہ ایک قابلِ قدر اضافہ ہے، طب سے دلچسپی رکھنے والے حضرات کے لئے اس کا مطالعہ

یقیناً مفید ہوگا۔ (شبنم قادری، مدیر کتاب نما۔ دہلی)

آیورویدک فارماکوپیا اپنی نوعیت کی عدیم النظیر کتاب ہے۔

(بیگم گوہر جہاں صاحبہ، مدیرہ رائے عامہ ہری پور ہزارہ)

آیوروید فارماکوپیا آیوروید پر بہترین تالیف ہے۔

روزانہ قومی آواز لکھنؤ)

کویراج وید پرکاش بی۔اے ایڈیٹر ماہنامہ آیوروید سماچار امرتسر مبارک باد کے مستحق ہیں۔ جنہوں نے آیورویدک فارماکوپیا شائع کرکے دنیائے طب پر عظیم احسان کیا ہے۔ میرے خیال میں ہر شخص کو اس کتاب کا مطالعہ کرنا چاہیئے۔ کیونکہ یہ تمام انسانوں کے لئے مفید کتاب ہے۔

(ڈاکٹر نور محمد چوہان ایڈیٹر اسرار حکمت لاہور)

روزانہ ملاپ جالندھر

آیورویدک فارماکوپیا فائدہ مند کتاب ہے

شری رنبیر ایڈیٹر روزانہ ملاپ کی گراں قدر رائے

یہ فارماکوپیا آیوروید کے مشہور اور مستند گرنتھوں کے نسخہ جات پر مبنی ادویات کی تیاری استعمال اور فوائد کا مجموعہ ہے۔ یہ درست ہے کہ سنسکرت بھاشا میں علم آیوروید کو اچھے ڈھنگ سے بیان کیا گیا ہے مگر آج کے زمانہ میں ان بھاری بھرکم گرنتھوں کا مطالعہ آسان کام نہیں اس کے لیئے بہت ضروری تھا کہ ان کتابوں کا نچوڑ اور ان کے نسخہ جات و امراض کی تشخیص کا اس زبان میں ذکر کیا جاتا جسے عام لوگوں کی اکثریت سمجھ سکتی، اس نکتہ نگاہ سے یہ آیورویدک فارماکوپیا مفید کتاب ہے۔

یہ کتاب ویدوں حکیموں کے علاوہ کسی حد تک ڈاکٹروں کے لئے بھی فائدہ مند ہے۔

کاغذ، لکھائی، چھپائی عمدہ، گیٹ اپ قابل تعریف ہے۔

روزانہ الجمعیتہ دہلی کی رائے

آیورویدک فارماکوپیا۔ از کویراج وید پرکاش بی۔اے۔ صفحات ۲۰۰۔ قیمت ۲ روپے۔

ملنے کا پتہ:۔ ماہنامہ آیوروید سماچار۔ ۴۲۔ اکالی مارکیٹ امرتسر

آیورویدک کا اردو زبان میں کوئی مستند فارماکوپیا موجود نہیں تھا۔ لیکن کویراج صاحب نے بہت سے گرنتھوں کا مطالعہ اور ان کا موازنہ کر کے فارماکوپیا مرتب کیا ہے جسے آیوروید کی ترقی اور ترویج کے سلسلہ کی ایک کڑی سمجھنا چاہیئے۔ شروع میں آپ نے آیوروید کی قدیم تاریخ پر روشنی ڈالی ہے اور پھر صحیح اور تیر بہدف نسخے درج کئے ہیں۔ جو لوگ آیوروید طب سے دلچسپی رکھتے ہوں انہیں اس کتاب کا ضرور مطالعہ کرنا چاہیئے۔

پندرہ روزہ ہمدرد دہلی کی رائے

آیوروید فارماکوپیا مرتبہ کویراج وید پرکاش بی اے ایڈیٹر آیوروید سماچار امرتسر

اس آیورویدک فارماکوپیا میں مختلف اقسام کے آسو، ارشٹ، گولیوں اور چورنوں کے متعدد نسخے اور دھاتوں اپ دھاتوں کے کشتے تیار کرنے کی صحیح ترکیبیں درج کی گئی ہیں اور یہ سب آیوروید کے مشہور و معروف گرنتھوں "رسیندر، سار سنگرہ، رس یوگ ساگر، بھاؤ پرکاش، بھیشجیہ رتناولی اور شارنگدھر سے اخذ کر کے لکھے

گئے ہیں۔ اس کے علاوہ فاضل مؤلف ان نسخوں کو اشوک آیورویدک فارمیسی میں تیار کرا کے ان کا تجربہ بھی کر چکے ہیں۔ اس لئے اس فارماکوپیا کے مندرجہ نسخوں کو مستند اور مجرب کہا جا سکتا ہے۔ اُمید ہے کہ ویداور اطبا اس سے مستفید ہونگے

ایڈیٹر رُوحانی دُنیا لکھنؤ کی رائے

مکرمی جناب بھائی وید پرکاش صاحب! السّلام علیکم

کتابوں کا شکریہ قبول ہو۔ واقعی فارماکوپیا کتاب بہت خوب اور کافی مفید ہے، خصوصاً اُردو زبان میں تو یہ ایک بڑی نعمت ہے۔ آپ نے واقعی بڑی محنت اور دیدہ ریزی کے بعد اس مختصر سی کتاب میں بہت کچھ جمع کر دیا ہے جو سمندر کو کُوزے میں بند کر دینے کے مصداق ہے۔

پندرہ روزہ مسیحا بمبئی کی رائے

آیورویدک فارماکوپیا کارآمد کتاب ہے، آیوروید سماچار کے ایڈیٹر مسٹر کویراج وید پرکاش بی۔ اے نے آیوروید کے تمام مشہور و معروف گرنتھوں کا خلاصہ نہایت آسان زبان میں تیار کر کے آیورویدک فارماکوپیا کے نام سے پیش کیا ہے اور اپنی اس تالیف کو ان معالجوں کے نام معنون کیا ہے جو دیسی طب پر یقین رکھتے ہیں۔

کتاب کے پیش لفظ میں موصوف نے بتایا ہے کہ چونکہ اُردو زبان میں آیوروید کا کوئی مستند و جامع فارماکوپیا موجود نہیں تھا اس لئے اُنہوں نے کوشش کر کے اس کمی کو پورا کر دیا ہے۔ شروع میں آیوروید کی قدیم تاریخ کو درج کیا گیا ہے، بعد ازاں آسو اور ارشٹ بنانے کی ترکیب کو تفصیل سے بتایا گیا ہے، پھر مختلف کُشتہ جات، گولیاں، چُورن، جوشاندے وغیرہ کے مستند و معتبر نسخے تحریر کئے گئے

ہیں اور آخر میں امراض کی تشخیص و علاج پر بھی بحث کی گئی ہے۔کتاب کی طباعت و کتابت بہت پاکیزہ اور کاغذ نہایت عمدہ ہے۔ جو لوگ آیورویدک کے موٹے موٹے گرنتھوں کا مطالعہ نہیں کر سکتے اُن کے لئے یہ فارماکوپیا بڑی کارآمد چیز ہے۔

ہفتہ وار اتالیق دہلی کی رائے

آیورویدک فارماکوپیا طبیبوں اور ویدوں کے لئے مفید کتاب ہے۔ اسے کویراج وید پرکاش بی اے آیورویدسٹ ایڈیٹر آیوروید سماچار امرتسر نے تالیف کیا ہے جس کی بٹاری میں شارنگدھر، رتناولی، بھاؤ پرکاش، رس یوگ ساگر، سار سنگرہ وغیرہ آیوروید کے مشہور و مستند گرنتھوں کا نچوڑ آسان زبان میں پیش کیا ہے۔ ترتیب مضامین کے لحاظ سے یہ کتاب فن تالیف کا پورا پورا ثبوت ہے۔ ویدوں اور حکیموں کے پاس اس کا ایک ایک نسخہ موجود رہنا ضروری ہے۔ قابل ہونہار اور نوجوان مؤلف شری وید پرکاش کا تعارف ہمارے قابل تعظیم شری دھر مایا دھاری جی شاستری پرنسپل پنج ند آیورویدک کالج و سابق پریذیڈنٹ پراونشل آیورویدک کانگریس امرتسر نے نہایت مخلصانہ الفاظ میں کرایا ہے۔

ہفتہ وار خبردار سہارنپور

آیورویدک فارماکوپیا اردو میں ویدک پر عمدہ کتاب ہے۔ ہمارے خیال میں آیوروید کا اردو زبان میں کوئی فارماکوپیا موجود نہیں تھا جس کے باعث ویدک طریقۂ علاج صرف ہندی یا سنسکرت زبانوں تک ہی محدود ہو کر رہ گیا اور دوسری زبانوں کے جاننے والے علم ویدک سے خاطر خواہ فائدہ حاصل نہ کر سکے اور ویدک طریقۂ علاج روز بروز بے وقار ہوتا جا رہا تھا۔ لیکن جائے شکر ہے کہ پنجاب کے

ایک ماہر طب آیورویدک کویراج وید پرکاش بی اے آیورویدسٹ کے بیدار احساس کی بدولت اُردو زبان میں بھی ایک فارما کوپیا عالم وجود میں آیا ہے جو ۲۰۰ صفحات پر مشتمل ہے ۔ٹائیٹل سے اگلے صفحہ پر کویراج موصوف کا فوٹو بھی موجود ہے۔

اس میں تمام ویدک نسخہ جات بنانے کی ترکیب اور مختلف ادویہ کا طریقۂ استعمال اور ان کے فوائد عام فہم اور سلیس زبان میں تحریر کئے گئے ہیں۔

ہم اُمید کرتے ہیں کہ جو لوگ آیورویدک طریقۂ علاج میں یقین رکھتے ہیں وہ اس فارما کوپیا سے خاطر خواہ فائدہ حاصل کر سکیں گے۔

پروفیسر خیال امروہوی ایم اے ایڈیٹر فکر جوان لاہور

آیورویدک فارما کوپیا طبی معلومات کا ذخیرہ ہے، کویراج وید پرکاش، بی اے ایڈیٹر آیوروید سماچار امرت سر کی کوششوں سے اُردو میں آیوروید طب کی خوب اشاعت کی جارہی ہے ۔اس لحاظ سے ویدصاحب آیوروید کے ساتھ ساتھ اُردو کی بھی خدمت کر رہے ہیں ۔اُردو زبان میں اتنا مختصر مگر جامع آیورویدک فارما کوپیا آج تک شائع نہیں ہوا۔

قربان طاہر ایڈیٹر معیار گجرات

نمائندہ خصوصی روزانہ کوہستان لاہور

آیورویدک فارما کوپیا ایک طبی شاہکار ہے، میری مدت سے آرزو تھی کہ آیوروید کے متعلق کچھ واقفیت حاصل کروں۔ اتفاقاً کویراج وید پرکاش بی۔اے ایڈیٹر آیوروید سماچار امرت سر کی ایک کتاب آیوروید فارما کوپیا مجھے موصول ہوئی پڑھ کر دل باغ باغ ہوگیا۔ ۲۰۰ صفحوں میں قابل مؤلف نے درجنوں بھاری بھرکم

گرنتھوں کے جواہرات کا ڈھیر لگا رکھا ہے۔ اس کتاب کی موجودگی میں بہت سے گرنتھوں کی کمی محسوس نہیں ہوتی۔

چوہدری جگت رام سیٹھی صدر دی ایڈیٹرز نیوز پیپرز

اینڈ جرنلسٹ ایسوسی ایشن پنجاب، امرت سر

کوبراج وید پرکاش بی اے نے آیورویدک فارما کوپیا شائع کر کے عوام پر بہت احسان کیا ہے۔

حکیم بوٹا رام وِج سیکرٹری طبّی سبھا موگا

حکیموں اور ویدوں کے علاوہ آیورویدک فارما کوپیا دوسروں کے لئے بھی کارآمد کتاب ہے۔

موہن لال سانڈل بی اے

طبیب کامل، وائس پریذیڈنٹ پراونشل یونانی طبّی کانفرنس امرتسر

آیوروید پر اردو میں اتنی مختصر اور جامع کتاب آج تک شائع نہیں ہوئی۔ جس میں آیورک گرنتھوں کے مشہور مجربات صحیح جانچ کے بعد درج کئے گئے ہوں کتاب فاضل وئید کوبراج وید پرکاش بی اے ایڈیٹر آیوروید سماچار امرتسر کی محنت و کوشش کا نتیجہ ہے، میری رائے ہے کہ ایسی لاجواب کتاب ہر کی لائبریری میں ہونی چاہیئے اور طبیبوں کو فاضل و کامل مؤلف کی حوصلہ افزائی کرنی چاہیئے تاکہ مؤلف آیوروید کی زیادہ سے زیادہ خدمت کرے۔

کتاب ترتیب کے لحاظ سے قابلِ قدر نمونہ ہے۔

اُردو مجلس حیدر آباد۔ آندھرا پردیش

آیورویدک فارما کوپیا کی اشاعت طبّی خدمت ہے اور یہ آپ کے استقلال، جُرأت اور ذوق کا ثبوت ہے۔ اُردو داں طبقہ کے لئے یہ بیحد مفید ہے۔

ویّد رام سرُوپ کوشک

سابق وائس پریذیڈنٹ پنجاب سٹیٹ آیوروید کانگرس نیرُ

آیورویدک فارما کوپیا کی اشاعت پر مبارک دیتا ہوں۔ کتاب مذکور کوزے میں سمندر بند ہے۔ اس کتاب کا مطالعہ ویّد حکیم اور ڈاکٹر صاحبان کے لئے نہایت ضروری ہے۔ جنہیں تندرستی عزیز ہے اُن کے لئے دستاویز ہے۔

الحاج حکیم شمس الحق خاں صاحب بودھی حقانی

صدر پاکستان طبّی کانفرنس۔ لاہور

آیورویدک فارما کوپیا کوِراج وید پرکاش بی۔ اے ایڈیٹر آیوروید سماچار امرتسر کی مساعی کا ثمرہ ہے۔ فاضل مصنّف نے نہایت تندہی اور کاوش سے بہت سے سنسکرت کے قدیم گرنتھوں کو کھنگال کر ایک کتاب میں جمع کر دیا ہے۔ آیورویدک دوا سازی کے ہر پہلو پر روشنی ڈالی گئی ہے۔ اس میں درج شدہ مرکبات کو صحیح طریقے سے پیش کیا گیا ہے تاکہ ویّد طبیب اور ڈاکٹر طبّی جواہرات سے اپنا دامن بھر لیں۔ کتاب کے آخر میں اصولِ علاج، مختلف امراض کی ماہیت، تشخیص اور آیورویدک علاج بھی بتایا گیا ہے

اتنی کم قیمت میں اتنی خوبصورت اور نفیس کتاب واقعی بے حد سستی ہے۔ مَیں اپنے ہزاروں شاگردوں اور عزیزوں کو مشورہ دیتا ہُوں کہ وہ اس کتاب کی ایک ایک جلد ضرور خرید لیں۔

حکیم نرنجن سنگھ نرولہ حکیم حاذق طبیہ کالج

ممبر بورڈ آف آیورویدک اینڈ یونانی میڈیسن آف پنجاب و انچارج میونسپل یونانی شفاخانہ امرتسر

آیورویدک فارما کوپیا اس سال کی بہترین طبی کتاب ہے۔ آیور وید وید مقدس کی ایک شاخ ہے۔ زمانۂ قدیم میں آیوروید کی خوب ترقی و وقار تھی۔ مَیں تسلیم کرتا ہُوں کہ دُنیا بھر کے طریقۂ علاج آیوروید کے مرہونِ منت ہیں مگر موجودہ زمانہ میں ہی مقدس آیوروید سب سے پیچھے رہ گیا ہے آج جبکہ ہندوستان آزاد ہو گیا ہے ضرورت ہے کہ ہم آیوروید اور یونانی طریقۂ علاج کو قبول کریں، کیونکہ یہ ہمارے مزاجوں کے عین موافق ہے۔

مجھے انتہائی مسرت ہوئی ہے کہ پنجاب کے لائق اور ہونہار وَیَد کویراج وید پرکاش بی۔اے ایڈیٹر آیوروید سماچار امرتسر نے شب و روز کی محنت سے آیوروید طریقۂ علاج ایک عدیم النظیر آسان کتاب "آیوروید فارما کوپیا" مرتب کی ہے۔ یہ کتاب ہندوستان کے علاوہ پاکستان کے طبی حلقوں میں بھی بے حد پسند کی گئی ہے۔

کتاب ۲۰۰ صفحات پر مشتمل ہے۔ سفید کاغذ، رنگین سرورق، دو عدد ہاف ٹون بلاک کی تصاویر، عمدہ کتابت و طباعت سے مرصع ہے۔

قیمت برائے نام دو روپے۔

سردار الاطبا حکیم جگجیت سنگھ مستند طبیب سند یافتہ درجہ اوّل پنجاب یونیورسٹی لاہور۔ جنرل سیکرٹری آل انڈیا یونانی طبّی کانفرنس پنجاب۔ ترنتارن کی نظر میں

"آیورویدک فارما کوپیا" شائقین طب کے لئے ایک گراں قدر تحفہ ہے کتاب بڑی محنت سے تیار کی گئی ہے اور حسن نفاست و سلیقے سے شائع ہوئی ہے وہ قابل داد ہے۔ میرے خیال میں آیوروید پر اردو کی یہ مایۂ ناز کتاب حکیموں اور ویدوں کے مطالعہ میں ضرور آنی چاہیے

پاکستان کی نامور شخصیت ستارۂ خدمت پروفیسر حکیم نیر واسطی لاہور کا فرمان

برھما جی سے دکھش پرجاپتی نے اور دکھش پرجاپتی سے اشونی کماروں نے اور اشونی کماروں سے اندر نے جو ودیا حاصل کی تھی، مجھے خوشی ہے کہ پرماتما کی دیا سے مجھے بھی اس سے تھوڑا سا حصہ ملا ہے

میرے دوستوں کو معلوم ہے کہ میں ساری عمر یونانی طب پڑھتا اور پڑھاتا رہا ہوں، پرنتو جب سے میں نے آیورویدک کے مطالعہ کے سلسلہ میں نگھنٹو، اشٹانگ ہردے، سشرت سنگھتا اور چرک سنگھتا کو دیکھا ہے۔ میرے ہردے پر اس ودیا کا گہرا اثر ہے۔

اس میں کوئی شک نہیں کہ آٹھ لاکھ سال پرانی پستک "چرک سنگھتا" آج بھی دنیا میں علم کی روشنی کے مینار کا درجہ رکھتی ہے۔ مہرشی اتری کما رنے شاریرک دوشوں، پانچ اندریوں، ان کے دربیہ اور اندریوں، من اور آتما کے

ملاپ کی حقیقتوں کے بیان کے بعد بیماریوں ان کی علامتوں اور علاج کے سلسلہ میں جو کچھ فرمایا ہے وہ آب زر سے لکھنے کے قابل ہے۔

بلا شُبہ آیورویدک فن ایک ایسے فارماکوپیا کا مالک ہے جس پر فنِ طب بجا طور پر فخر کر سکتا ہے اور یہ ایک کھُلی ہوئی حقیقت ہے کہ اولیہہ، رسائن، ارشٹ اور آسو وغیرہ کے ذریعہ دُکھوں کے دُور کرنے کے کامیاب مجرّب اور مقدس طریقے آیورویدک کا بہت بڑا قیمتی سرمایہ ہیں۔

ضرورت ہے کہ اِس فن پر آسان اُردو زبان میں مفصّل کتابیں لکھی جائیں اور مجھے یہ دیکھ کر بڑی خوشی ہے کہ میرے دوست وید پرکاش نے آسان اُردو زبان میں مختصر آیورویدک فارماکوپیا لکھ کر فن اور انسانیت کی قابلِ قدر خدمت کی ہے۔ پرماتما اُنہیں اس کا نیک صلہ عطا کرے۔

لالہ دُنی چند نیّر بی، اے ایل ایل بی ایڈوکیٹ

ہائی کورٹ چنڈی گڑھ۔ ۱۱۵ اے ماڈل ٹاؤن جمنانگر

آیورویدک فارماکوپیا ہر طبّی لائبریری کیلئے ایک ضروری کتاب ہے۔

کویراج وید پرکاش بی، اے کی مایۂ ناز تالیف آیورویدک فارماکوپیا کا میں نے بغور مطالعہ کیا۔ دو سَو صفحات میں دو ہزار صفحات کا نچوڑ شامل کر دینا ہر کس و ناکس کا کام نہیں، اس فارماکوپیا میں آیوروید کی اہمیت، نتائج اور مشہور رسائن و بھسموں وغیرہ کی مفصّل ترکیبیں درج ہیں۔ لُطف کی بات یہ ہے کہ ہر نسخہ کے ساتھ حوالہ دیا گیا ہے کہ یہ نسخہ کس مہرشی نے تجویز کیا تھا۔ اور کون سے گرنتھ کا ہے کتاب کی زبان نہایت آسان اور پاکیزہ ہے، ایسا عمدہ اور لاجواب فارماکوپیا ہر طبّی لائبریری کے لئے نہایت ضروری ہے۔

آیورویدک فارما کوپیا ویدوں اور حکیموں کے علاوہ
عام شائقینِ طب کے لیئے بھی مددگار ثابت ہو رہا ہے
مجھے عرصہ سے مستند آیورویدک مجربات مطلوب تھے مگر سب سے بڑی دقت یہ تھی کہ ادھر اُدھر کی کتابوں میں چھپے ہوئے نسخے کسی حد تک غلط ہوتے تھے مگر آیورویدک فارما کوپیا پڑھنے کے بعد میرا دعوےٰ ہے اس میں درج شدہ نسخہ جات صحیح، معیاری اور عین گرنتھوں کے مطابق ہیں۔

دوار کا ناتھ اکاؤنٹنٹ پوسٹل اینڈ آر ایم ایس کریڈٹ سوسائٹی لمیٹڈ، پوسٹ ماسٹر جنرل آفس انبالہ

آیورویدک فارما کوپیا فنِ آیوروید پر ایک مُستند کتاب ہے

مَیں نے آیورویدک فارما کوپیا کا گہری نظر سے مطالعہ کیا۔ میری رائے میں یہ کتاب فنِ آیوروید پر مستند کتاب ہے۔ کتاب میں آیوروید فن کی قدیم تاریخ نیز ہر قسم کے مجربات کا تفصیلی بیان ہے۔ آیوروید پر اتنی عمدہ، آسان اور خوبصورت کتاب میری نظروں سے نہیں گزری

حکیم محفوظ الحق خاں بی اے ایل ایل بی ایڈووکیٹ ہائیکورٹ لاہور

آیورویدک فارما کوپیا کا مطالعہ ہر شخص کو تجربہ کار وید بنا دیتا ہے۔

آیوروید ایک قدیم طریقہ علاج ہے جس کی نقل میں تمام پیتھیاں شروع ہوئیں، گویا آیوروید تمام تر طریقہ علاج کا مخزن ہے۔ یہ علم سمندر کی طرح گہرا اور بے پایاں ہے۔ کویراج وید پرکاش بی۔اے نے نہایت محنت سے سمندر کو بلو کر جواہرات نکالے ہیں۔ ایک ایک نسخہ جواہر گراں قدر کی حیثیت رکھتا ہے اور اس کتاب کا مطالعہ ہر شخص کو تجربہ کار وید بنا سکتا ہے۔

کویراج اوم پرکاش دت ویدواچسپتی میونسپل کمشنر جالندھر

آیورویدک انسائیکلوپیڈیا

کتاب کو شروع سے لیکر آخیر تک بغور پڑھا۔ اتنی بے نظیر کتاب تالیف کرنا معمولی دماغ کا کام نہیں یقیناً یہ کام کسی صاحب دماغ اور ذی شعور کا ہی ہے کیونکہ ظاہر ہے کہ اتنے بھاری بھرکم اور مشکل سنسکرت کے گرنتھوں کا مطالعہ کرنا آسان نہیں بہت مشکل ہے۔ کویراج وید پرکاش جی آیوروید کے محقق اور مستند عالم ہیں آپ نے بے شمار طبی تحقیقات فراہم کیں آپ کا تجربہ اور دائرۂ علم بے حد وسیع ہے۔ آیورویدک فارماکوپیا تو محض ایک نمونہ ہے، آپ کی خداداد ذہانت اور وسعت علمی کا آیورویدک فارماکوپیا دراصل ایک انسائیکلوپیڈیا ہے۔ اتنے کم صفحات میں اتنے مواد کا فراہم کرنا واقعی فہم و فراست اور دل گردے کا کام ہے۔

سردار گوربخش سنگھ (برمنگھم)

آیورویدک فارماکوپیا ایک قیمتی خزانہ ہے

آیوروید چاروں ویدوں کا ایک حصہ ہے اور آیوروید میں ایسی ایسی قیمتی کتابیں ہیں جن کے مقابلہ میں بادشاہوں کے خزانے کچھ وقعت نہیں رکھتے۔ ان کتابوں کے پڑھنے کے لئے سو سالہ انسانی زندگی چاہیئے مگر بھلا ہو کویراج وید پرکاش جی کا جنہوں نے شائقین آیوروید کیلئے اردو میں آیوروید کا ایک قیمتی خزانہ مہیا کر دیا ہے۔ (آیوروید رتن وید شودت شرما موگا)

آیورویدک فارماکوپیا "عطرِ مجموعہ" ہے

دہ جنوں سنسکرت کے گرنتھ پڑھنے کے بعد جو حاصل ہوتا ہے وہ صرف اس ایک کتاب میں مل جاتا ہے۔ اس لحاظ سے اس کتاب نایاب کو اگر عطرِ مجموعہ کہوں تو بے جا نہ ہوگا۔ میرا یقین ہے کہ جب تک اس دھرتی پر آیوروید رہے گا۔ آیورویدک فارماکوپیا کے عطرِ مجموعہ کی خوشبو اپنی جھلک بکھیرتی رہے گی۔ (احقر۔ فاضلِ طب حاذق الاطبا حکیم منگل داس ترہیون شہزادی کوچہ جیل رام باغ امرت سر)

ذخیرۃُ الطبّ الہندی

کویراج وید پرکاش جی بی اے کی مُلک گیر، عظیم القدر اور گراں مایہ تالیف بہ عنوان آیورویدک فارماکوپیا طبع دوم بہ نظر ثانی فی الواقع ایک عدیم النظیر اور لازوال طبّی سرمایہ ہے۔

آج سے لاکھوں سال پہلے مہاراج دھنونتری، بھگوان سورج، دکھش پرجاپتی، اِندر، اشونی کمار توام، مہرشی اَترے، مہرشی چرک اور مہرشی سشرت مقدّس آیوروید کے زبردست فقید المثال اور صاحبِ کمال عالم فاضل تھے۔ جنہوں نے اپنی استعدادِ فکر، علم و مہارت اور تجربہ سے دو جہان کو ورطۂ حیرت میں مستغرق کر رکھا تھا، جیسا کہ اہلِ ہنود کے قدیم پورانوں میں ان کے تجربات اور کمالات کا تذکرہ ملتا ہے اور ان کی تفصیل اور حوالہ جات بذاتِ خود ایک علیحدہ کتاب کے محتاج ہیں۔ چونکہ، بقتضائے فطرت گردشِ دوراں ہمیشہ تلوّن المزاج رہی ہے لہٰذا ایک دور ایسا بھی آیا جب کہ یہ علمِ مقدّس معدوم

ہو گیا تھا۔ رفتہ رفتہ جب خدائی قہر نے طرح طرح کی آفتیں اور وبائیں پھیلائیں تو مہرشیوں کو فلاح انسانی کا خیال آیا۔ تب انھوں نے اپنے فکری مقصد کو عملی جامہ پہنانے کے لئے کوہ ہمالیہ کے دامن میں ایک اجتماع کیا۔ یہی اجتماع آیورویدک کی تجدید کا زبردست محرک تھا۔ اس عظیم واقعہ کے بعد مقدس آیوروید روئے زمین پر عام عام ہوا۔ اس میں شبہ نہیں کہ آیوروید قدیم ترین طریقۂ علاج ہے اور یہ سہل الحصول اور مفید الاثر بھی ہے ایلوپیتھی، ہومیوپیتھی، مائیکروپیتھی، بائیوکیمکی وغیرہ دیگر طریقہ ہائے علاج کے ایجاد ہونے کے بعد آیوروید زوال پذیر ہونے لگا، رفتہ رفتہ ایلوپیتھی وغیرہ نے اس قدر ترقی و کامیابی حاصل کرلی کہ چار دانگ عالم میں ان کا طوطی بولنے لگا۔ اور آفتاب اقتدار نصف النہار تک پہنچ گیا جس کے آگے آیوروید جیسے چراغ کی روشنی ماند پڑنے لگی ــــ ۱۹۴۷ء کی آزادی وطن کے بعد اب اس قدیم ترین بوسیدہ چراغ میں پھر سے تیل پڑنے لگا ہے اور اس کی بوسیدگی اور کہنگی کا زنگ بھی اترنے لگا ہے کیونکہ اب مرکزی حکومت نے اس کی سرپرستی قبول فرمالی ہے اور ہند کی پانچ سالہ منصوبہ بندی میں آیوروید کی ترقی و تحقیق کیلئے بھاری رقم منظور کیجا چکی ہے۔ تشہیر کے لئے تقریر اور تحریر ہر دو کی ضرورت محسوس ہوا کرتی ہے لیکن کویراج جی نے مؤخر الذکر کو پسند و منتخب کیا اور آیوروید کی ترقی، ترویج، تحقیق اور اشاعت کا عظیم کام شروع کردیا۔ اوّل اوّل موصوف نے ماہنامہ آیوروید سماچار جاری کیا جو ہندوستان بلکہ دنیا بھر کا ایک منفرد الموضوع اردو جریدہ ہے، اس کی کامیابی کے بعد ممدوح نے آیورویدک فارماکوپیا تالیف کیا۔ جو شب و روز کی مسلسل محنت شاقہ اور دماغی کاوش و عرق ریزی کا مظہر ہے۔ یہ فارماکوپیا اپنی افادیت اور خصوصیت کے لحاظ سے ایک ایسا قابل قدر فنی ذخیرہ

ہے۔ جسے اہل فن کبھی فراموش نہیں کر سکیں گے۔

راقم الحروف طب یونانی کا پرستار تھا مگر اب وئیدجی کے طفیل طب ہندی کا بھی شناور ہو گیا ہے مگر یہ بحر بڑا عمیق ہے اور اس کے عُمق میں بیش بہا مدفون مروارید موجود ہیں مگر کہتے ہیں کہ ع جوئندہ، یابندہ۔

تحریری اعتبار سے آیور ویدک فارما کوپیا ایک طبی دستاویز اور طب ہندی کا زبردست ذخیرہ ہے

احقرالعباد

اوم پرکاش سونی۔ کلرک جنرل پوسٹ آفس امرتسر

ایک لاجواب طبی کتاب

آیُورویدک فارما کوپیا عاملین طب کے لئے لاجواب کتاب ہے۔ یہ ایک کتاب بہت سی طبی کتابوں پر حاوی ہے۔ اس کی موجودگی بیشمار کتابوں کی ضرورت سے بے نیاز کر دیتی ہے۔

ایڈیٹر ماہنامہ کتابی دُنیا کراچی

آیُورویدک فارما کوپیا ہر ایک شائقین آیُوروید کے لئے مشعلِ راہ ہے!!

(ڈاکٹر امرداس بھاٹیہ ممبر فارمیسی کونسل پنجاب لدھیانہ)

PDF
تیار کردہ
حکیم ایم ارشد شاہین لاہور